



給食だより2月号

令和5年2月1日

篠崎保育園

節分を過ぎるともう「春」といわれますが、まだまだ寒い季節は続きます。暖かくなったり寒くなったり「三寒四温」を過ぎて、少しずつ春に近づいていきます。子どもたちもだんだんと大きくなってきて、お兄さん、お姉さんになってきましたね。

さまざまな食品に加工される

大豆



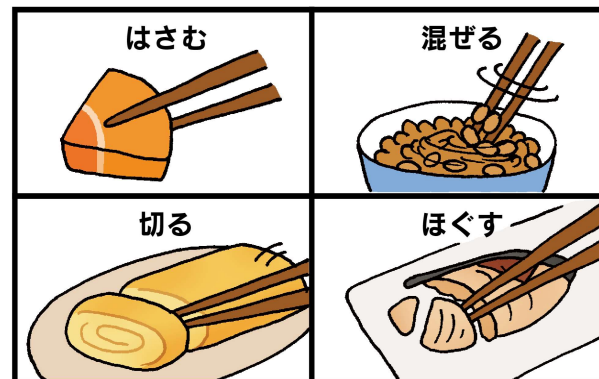
大豆は畑のお肉といわれるぐらいたんぱく質が多く含まれています。

大豆を加工した食品には、豆腐や油揚げ、納豆、豆乳、みそやしょうゆなどたくさんの種類があり、日本の食生活には欠かせない食品です。

いろいろなことができる！

便利なはし

はしを使うことは、手そのものの器用さが増すだけではなく、脳の発達も促すともいわれています。はしを使ってさまざまな動きにチャレンジしてみましょう。



節分の豆まきは、季節の変わり目に起きやすい体調不良（邪気＝鬼）を払い、福を呼び込むために行います。そして、鬼をやっつけるために使われるのが、大きな豆＝「大豆」です。ちなみに大豆は、生でまくと芽が出て縁起が悪いとされているため、必ず炒った大豆を使います。

また、自分の年の数（またはプラス1個）を食べると病気にならないといわれています。

このほかにも、いわしの頭やひいらぎを玄関にさしたり、その年の恵方に向けて太巻き寿司を食べたりします。