



パクパクだより

2008年



明照保育園



ゴールデンウィークを迎え、お出かけの予定をしているご家庭も多いのではないのでしょうか？山々は新緑で覆われ、木々の生命力を肌で感じる事が出来る季節になりました。暦の上では立夏（今年は5月5日）を向かえ、日差しはますます強くなります。豊橋の平野部では、汗ばむほどの気候でも、標高の高い山間部では残雪があり、夜間などの冷え込みが激しく寒暖の差が大きくあります。山にお出かけの際には、防寒対策をしっかりとすることで、体調を崩すことなく、楽しい思い出を作ってくださいね。

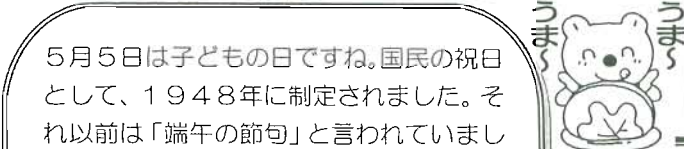


おいしそうだしそ

ちまき



端午の節句



中国から、端午の節句とセットで伝わってきました。約2300年前の中国に、屈原（くつげん）という、国民に大変慕われていた政治家がいました。その命日にあたる5月5日に、その供養や国の安泰を祈願するために、ちまきを川に流したことが発端と言われています。また、ちまきを毒蛇になぞらえて、それを食べることで免疫力が付き、災いから守ってくれる意味もあるそうです。

5月5日は子どもの日ですね。国民の祝日として、1948年に制定されました。それ以前は「端午の節句」と言われていました。その歴史は古く、中国から入ってきた行事で、奈良時代より日本で受け継がれてきたと言われています。当初は、気温が高くなる季節の変わり目に、伝染病が増え、中には死亡する人もいたことから、無病息災を願い、厄払いを行う宮廷行事だったそうです。鎌倉時代以降の武士の時代では男の子の節句、現代は子どもの節句に形を変え、今日まで受け継がれてきました。今回のパクパクだよりは、端午の節句に無くしてはならない食べ物、「ちまき」と「柏餅」についてのお話です。

日本で生まれた文化です。柏の木は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、子どもが産まれるまで親が見守ることに例え、子孫繁栄を願う意味が込められていると言われています。余談ですが、江戸時代に安藤広重により描かれた、東海道五十三次、二川宿の絵の中にも、かしわ餅を売る店が描かれています。古来より日本で受け継がれてきた食べ物であることがわかります。二川宿本陣資料館にお出かけの際には、かしわ餅屋の絵を発見してみてください。

かしわもち



子どもの健やかな成長を願う親の思いは、今も昔も変わりませんね。お子さんの成長を、家族みなでお祝いしてあげましょう。

親子でクッキング



肉とたけのこのこばし(粉節)煮

材料(4人分)と作り方

豚ばら肉(薄切り)	120g
たけのこ	120g
にんじん	小1/2本
板こんにやく	50g
さやえんどう	散らす程度
砂糖	大さじ1
酒	大さじ1
しょうゆ	大さじ1.5
みりん	大さじ1
かつお節(粉節)	10g

1. 豚肉、たけのこ、にんじん、こんにやくを一口大に切る。さやえんどうは下茹でし、斜めスライスに切っておく。
 2. 豚肉、たけのこ、にんじん、たけのこを炒め、油が回ったら水を加え、砂糖、酒を入れて煮る。
 3. 野菜が煮えてきたら、みりん、しょうゆを加え、煮汁が少なくなってきたらかつお節を混ぜ合わせ、さやえんどうを散らせば出来上がり！！
- ※ かつお節を電子レンジで30秒～1分程度加熱し、揉みほぐせば粉節が出来ます。