

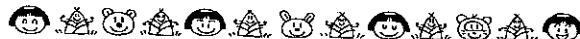
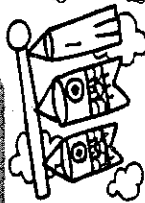
パクパクだより

2011年
5月

若葉の香る季節となりました。青空が広がり、心がすがすがしく
晴れやかな気持ちになります。

初めての保育園生活にお子さんも少しずつ慣れてきた頃でしょ
うか。今月は休日が多くありますね。ご家族で楽しい計画を立てら
れたことでしょうか。

この時期、子どもたちの中に少し疲れが出てくる子もいます。家族
と過ごす時間の中で、安心感や親子の信頼関係が育まれます。心身
の成長にとって非常に大切なことです。お子さんの変化に気を配
り、心にもそっと寄り添ってあげてください。



端午の節句とは。

5月5日は子どもの日です。男の子は
5月5日の端午の節句(たんごのせっく)
に、子どもの幸せを祈り健やかな成長を
祈る儀式をします。

端午の節句は、もともとは5月のいち
ばん初めの午の日をさしました。端とい
う語には、ものごとの端(はし、先端、
はじまり)という意味があります。中国
では、よもぎや菖蒲(しょうぶ)を用いて
邪気をはらったのが始まりとされていま
す。

のちに、鎌倉時代頃から菖蒲が尚武と同
じ読みであることなどから男の子の成長
を祈る儀式へと変化してきました。



兜かぶと・鎧よろい

武家を中心に広まってきた端午の節句の儀
式。男の子に強くたくましく育て欲しいと
いう願いと、厄災から男の子を守って欲しい
という願いから、鎧や兜などの武具も一緒
に飾るようになりました。



菖蒲しょうぶ

菖蒲は、強い香気を持ち昔から薬草とさ
れ、邪気や病気・災難よけとして伝えられ
てきました。菖蒲湯につかることで、無病
息災の願いがこめられています。また、菖
蒲の葉の形がまるで剣に似ているとのこ
とから男の子が武士らしく、たくましく育
つようにとの願いが込められていま
るとも言われます。



柏かしわの葉

柏の木は、新芽が出るまで
古い葉が落ちないという特
徴があります。この柏の木の
姿を、新しい芽(子ども)が産
まれるまで親は死なない(枯
れない)とたとえて、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。



材料(4人分)と作り方

生わかめ	20g
たけのこ	40g
にんじん	40g
みつば	12g
しょうゆ	大さじ1
塩	少々
削り節	適量

1. たけのこ、にんじんは短冊切り、みつばは
小口切りにする。
2. 削り節を使ってだし汁を取る。
3. だし汁でたけのこ、にんじんを煮て、火が
通ったら生わかめを入れる。
4. 調味料で調味し、最後にみつばをちらす。

わかめ(若布)とたけのこ(竹の子)を使った汁物
です。たけのこは、生のものが手に入れば使
用してください。季節の食材を色々な料理方
法で楽しみましょう。

親子で作ろう

今月メニュー

若竹汁

