

パクパクだより



2016
2月
明原保育園

寒さが厳しい2月になりました。今月は『節分』があります。節分には豆まきをしたり、恵方巻きを食べて、邪気を払うという風習がありますね。子どもたちにとって、鬼は怖い存在ですが、豆まきは楽しい行事だと思います。

節分を過ぎると暦のうえでは春となりますが、まだまだ寒い日が続きますので、あたたかくしてお過ごしください。

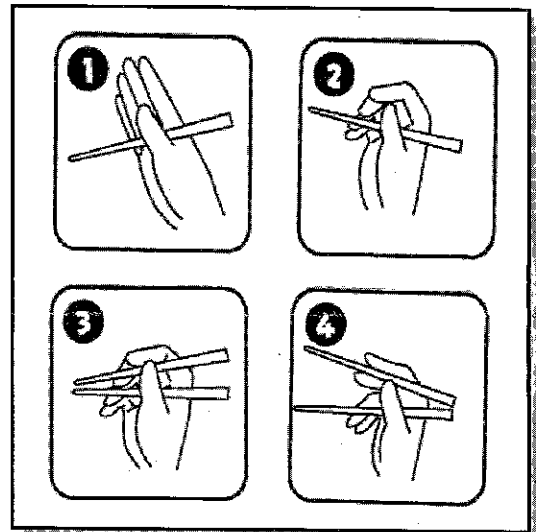


正しいはしの選び方・持ち方

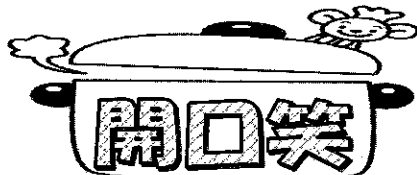
日本人の食事作法は『はしにはじまりはしにおわる』というほど、はしは重要な食事の道具です。お子さんの使っているはしはお子さんの手に合っていますか？『手首から中指までの長さ×1.2』の長さのはしがいやすいといわれています。長すぎるもの、短じかすぎるものは使いづらく、また太すぎるもの、重いものはつまむなどの操作が難しいです。成長とともにはしもサイズを変える必要があります。一度お子さんの手に合っているかを確かめてみてくださいね。



- ① はしの片方（固定はし）を親指の根元にはさみます。
- ② 薬指を軽く曲げて親指と薬指で支えます。
- ③ もう片方（作用はし）のはしを親指のはらで支えます。
- ④ 作用はしの支えをしっかりさせるために、小指を薬指に添わせませす。



豆まき的大豆をつまむ等、ゲーム感覚で楽しみながら、はしの使い方の練習をしてみたいかがでしょうか？ご家族、お友達と時間を競い合うのもいいかもしれません。子どもだけでなく大人も夢中になってしまうかもしれませんね。



揚げていると口を開けて笑っているような形になることからこの名前がついたといわれる中国のおやつです。ぜひお試しください。



材料（4人分）と作り方

小麦粉	1カップ
ベーキングパウダー	小さじ1/2
卵	1個
さとう	大さじ3
油	小さじ1
白ごま	大さじ1
揚げ油	適量

1. 小麦粉とベーキングパウダーを合わせてふるっておく。
2. 油とさとうをよく混ぜてから溶き卵を加える。
3. 粉類を加えて混ぜ合わせ、手に水をつけて一口大に丸める。
4. ごまの入った器に転がし、ごまをつけて油で揚げる。

※ごまは生地に練りこんでもよい。