３月給食だより

光徳保育園

☆３月３日は『ひな祭り』

ひな祭りは、ひな人形を飾り、**女の子**の健やかな成長を願う行事で**『桃の節句』**とも呼ばれています。春を無事に迎えられたことを喜び、これからも皆が元気で過ごせるようにと願う日でもあります。

○ひな祭りの料理

ひな祭りには伝統的なお祝い膳の献立があります。

当日は、ちらし寿司や、ひし餅、はまぐりのお吸物、ひなあられなどの献立でお祝いをします。

ちらし寿司

ちらし寿司に使われる具材の意味はとても縁起がいいです。

・えび：ヒゲや曲がった腰が長生きを連想させる

・れんこん：穴が開いているため、先を見通せる

・豆：まめに生きる、まめに働ける

などの意味があり、祝いの席にふさわしく、菜の花、三つ葉、卵、人参などたくさんの具材を入れることにより、「生きている間、食べ物に困らないように」という願いとともに、華やかな彩りが食卓に春の雰囲気を感じさせてくれるため、ひな祭りに出されるようになりました。

ひし餅

ひし餅と言えば華やかな、赤（桃の花）・白（白い雪）・緑（草の芽の大地）です。

クチナシの実の赤色は、「魔除け」になり、ひしの実は、「子孫繁栄・長寿」の願いが込められています。

ヨモギは、香りが強く邪気を払うと言われていたので「厄除け」の効果があります。

はまぐりの吸い物

はまぐりの貝殻は、初めから組み合わされていた一組の貝殻同士でなければぴったりと合いません。このことから、一生一人の人と添い遂げる、「良い相手と結婚できますように」という良縁を願って食べられるものとなっています。

ひなあられ

餅に砂糖を絡めて炒った、ひな祭りの節句の代表的な和菓子のひとつです。

緑（春）、赤（夏）、黄（秋）、白（冬）の４色でそれぞれ四季を表していると言われています。

「1 年の四季を通じて健康でいられますように」という願いが込められています。

保育園でも３月３日にひな祭りの献立で「ちらし寿司」を提供します。

ご家庭でも、お子さんの成長を感じながらひな祭りを過ごしてみてください。

また、３月はさくら組のお友達が卒園を迎える月です。残り少ない日々を元気いっぱい、楽しく過ごしてもらいたいなと願っております。