



メニュー紹介



親子で一緒にクッキング♪節分にオリジナルの鬼さんを作ってみましょう。

「鬼さんケーキ」

【材料】大人4人分

- カステラ 4切れ
- ホイップクリーム 適量
- レーズン 8粒
- 三角形のお菓子 8個
- みかん缶 4粒

【作り方】

お皿にカステラを置き、ホイップクリームを髪の毛、レーズンを目、三角形のお菓子を角、みかん缶を口に見立てて飾り付けします。



★棒状のお菓子があれば添えることで金棒に見立てることができます！

★目は、レーズンでなくても丸いもので可愛く作れます。
小豆等豆類を用いる時は、窒息予防のため、指で潰れる程度にし、固さや大きさに配慮しましょう。

敬愛学園は身近な子育てのパートナーです。
いつでも気軽にお尋ねください。
健やかな子はHPでもご覧になれます。

けいあいがくえん

健やかな子

5つの子ども像

本園では、楽しく食べる子どもに成長していくことを期待しつつ、次にかかげる5つの子ども像の実現を目指して食育活動を行っています。

- ① お腹がすくリズムのもてる子ども
- ② 食べたいもの、好きなものが増える子ども
- ③ 一緒に食べたい人がいる子ども
- ④ 食事づくり、準備にかかわる子ども
- ⑤ 食べ物を話題にする子ども

敬愛学園

URL : <http://www.keiaigakuen.com>

敬愛こども園 TEL042-663-4017
 敬愛高倉保育園 TEL042-645-6057
 敬愛フレンド保育園 TEL042-678-2921
 敬愛たかお保育園 TEL042-667-1077
 敬愛きたの保育園 TEL042-646-1631
 多摩境敬愛保育園 TEL042-775-1470
 敬愛桃の実保育園 TEL042-770-1113
 みなみ野敬愛保育園 TEL042-637-5265
 敬愛ハーモニー保育園 TEL042-646-5060
 敬愛クレヨン保育園 TEL042-669-0161
 敬愛シンフォニー保育園 TEL042-669-5501

Keiai

食事編
令和6年度
5号



節分とは？

メニュー紹介
～鬼さんケーキ～

節分を
楽しむために
気を付けたいこと

Social Welfare Corporation
Keiai Gakuen



節分とは？

みんなが健康で幸せに過ごせるように願い、病や災いなど悪いものを追い出す日です。



2025年の節分は2月2日

～2月3日ではない理由は？～



1 年は 365 日ですが、地球が太陽の周りを公転する周期は 365 日よりわずかに長いので、「立春」と決められた位置に到達する時刻は毎年少しずつずれていきます。現在の暦では、基本的に 4 年ごとに「うるう年」を設けてずれを調整していますが、それでも完全にはなくならないため、「立春」が 1 日早まり、それに伴い「節分」も早まるということです。

どんな事をするの？

ひいらぎと焼いた 鰯^{いわし}の頭を玄関に飾る

- ・ひいらぎ
邪気を寄せ付けない縁起の良い植物です。
- ・焼いた鰯の頭
悪臭を出して鬼を退散させます。



豆まき

- ・掛け声
「鬼は外 福は内」と言いながらまきます。
- ・なぜするの？
昔は豆には、悪いものを退治する力があると信じられていました。季節の変わり目になりやすい、病や災害を鬼に見立て悪い物を追い払い、良いものを呼び込むために行います。

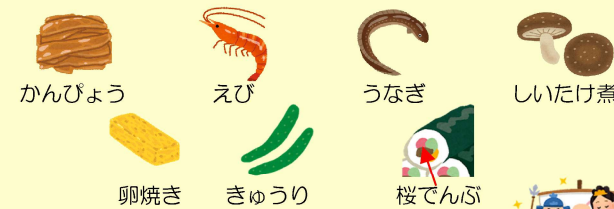


恵方巻をいただく ～節分の日に食べる巻き寿司～

- ・恵方とは？
すべてにおいて大吉とされる縁起のいい方向です。
2025 年の恵方は**西南西**です。
- ・どうやっていただくの？
その年の恵方を向いて、願い事を思い浮かべながら、無言で切らずに太巻きのみまいただきます。これには、「縁を切らない」「縁起をかつぐ」という意味があります。



- ・何を巻くの？
縁起が良い神様とされる「七福神」をイメージし、以下の 7 つの具材にはそれぞれ意味があります。これらを巻き込むと、縁起が良いとされています。



好きな具材を入れてオリジナルの恵方巻を作ってみても良いですね！



⚠ 節分を楽しむために気を付けたいこと ⚠

豆まき編

節分では炒った大豆を「福豆」と言い、その豆で豆まきを行います。しかし、福豆は固く球状であることから、誤嚥・窒息の事故が起きています。お子さまが開封し、誤って口にしてしまわないよう、ご家庭に置かない事を推奨します。

対応例

新聞紙を丸めて豆に見立てる



※消費者庁からは、硬くてかみ砕く必要のある豆やナッツ類は、5 歳以下のお子さまには食べさせてはいけなとされています。

恵方巻編

注意したい食材

のり：口や喉の中に張り付きやすく、噛みきりにくい
かんぴょう：噛み切りにくい

対応例

かんぴょう：細かく刻んでから具材に使用する

小さなお子さまがいるご家庭では、恵方巻に見立てたロールケーキをいただくのも良いでしょう。

楽しい節分になるよう、豆まきをする際、恵方巻をいただく際は、大人がしっかりお子さまを見守りましょう！



次回、令和 6 年度 6 号は 2 月中旬発行予定です。

