



かわまた認定こども園



## あけまして おめでとうございます



今年度も残すところ3か月となりました。進級・卒園に向けて、1つずつお兄さん、お姉さんになる子ども達の成長の手助けになるような給食を毎日作っていきたいと思います♪  
さて、お正月はおいしい食べ物を食べる機会がたくさんあり、ついつい食べ過ぎてしまいますね。食べ過ぎたら、胃腸を休める、寒さに負けず外で体を動かす、湯船に浸かって身体を温めるなど、いつもよりちょっと身体に気を配って楽しいお正月をお過ごしください♪



### ～おせち料理の意味～

黒豆:「まめに働けるように」「元気で働けるように」といった健康を祈っています。又、黒色は邪気を払う意味も込められています。  
数の子:多くの卵が並んでいる様子から「子たくさん」「子孫繁栄」を意味しています。「ニシン＝二親」にかけていて、両親の健康や長寿も祈願されています。  
だて巻き:見た目が「伊達もの」の着物のようだということから、伊達巻と名付けられました。巻物を連想させることから、学業成就の意味が込められています。



### 和食には食器の置き方があるのを知っていますか？



和食の配膳には決まった位置があります。

日本には重要なものを左に配置する「左上位」の伝統があるので、主食になるご飯は左手前に置きます。

汁物は右手前、主菜となるおかずは右奥、副菜は左奥に配置します。ご家庭での食事では食べやすい配置でも問題はありませんが食事のマナーとして、ぜひ食器の配置も気を付けてみてください♪