



令和8年 2月

もろかわ認定こども園

節分が終わり、立春を迎えて暦の上では春となりました。暖かい日もありますが、雪が降ったりまだ寒い日が続いています。気温差が激しいので風邪もひきやすく、ウイルス性の感染症も流行しているの、食事の前の手洗い、うがいをきちんと行いましょう。



### 3/3 はひなまつり

女の子の健やかな成長と幸福を願いひな人形を飾ったり、由来のある食べ物を食べたりしてお祝いしましょう♪

**ちらし寿司** 縁起の良い食材を用いて、長寿や幸福を祈願します。それぞれ食材には意味があります。

えび…腰が曲がるまで長生きできますように。

れんこん…先の見通しがよくなりますように。

錦糸卵…財宝が貯まるように。

**はまぐりのお吸い物**

はまぐりの貝は一对になっており、ほかの貝とはぴったり合わないのこの特性が「生涯一人の伴侶と添い遂げる」の意味に通じています。盛り付ける際には一つの貝にふたつの身をのせることで「仲の良い夫婦」を表し、良縁に恵まれると考えられています。

**ひしもち**

下から緑・白・桃と三色の層になっており、「緑の新芽が白い雪の下から芽吹き、桃の花を咲かせる」という情景を表現しています。緑は健康・長寿、白は清浄・純潔、桃は魔除けという意味合いもあります。ひなあられはこの三色に黄色が加わりこれは四季を表しています。



### 風邪には消化のよい食事を

発熱、下痢などの症状を伴う風邪の回復には、十分な水分補給と胃腸にやさしい食事にします。おかゆは水分を多めにし、少量の塩を加えたものを。吐き気がなければ、やわらかく煮た野菜スープや卵がゆなどでもOKです。

3月の献立はさくら組さん、ひまわり組さんのリクエストに応えた献立になります。  
たのしみにしててくださいね♡

