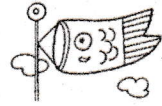


がついつか 5月5日 こどもの日



もともと「端午の節句」として、男の子の成長を祝い、健康や幸せを願う行事でしたが、今では「こどもの日」として、男女問わず、こどもの健やかな成長や幸せを願う行事になりました。

こどもの日には、ちまきやかしわもちなどを食べて、お祝いをします。

ちまき



中国で始まった、ちまきを作つて災いを除ける風習が日本にも伝わりました。元々は、邪気を払う五色(赤・青・黄・白・黒)の糸で縛っていました。今ではその色が、鯉のぼりの吹き流しに反映されています。特に関西でよく食べられています。

かしわもち



柏餅に使われている柏の葉は、新しい芽が出るまで古い葉が落ちないことから、家系が途絶えることがない、子孫繁栄の象徴として食べられるようになりました。特に関東でよく食べられています。

たけのこ



たけのこの成長が早く、天に向かって伸びる様子から、こどもたちも、たけのこのようにまっすぐすくすくと成長するように、という願いが込められています。

まいつき にち しょくいく ひ 毎月19日 食育の日

19という数字が、食育の“育(いく)”を連想させることから、毎月19日は食育の日になっています。

食育とは、生きる上での基本である「食」を健全にすることで、心身ともに健康な人を増やすことを目指すものです。

食育の日にあわせて、テーマを決めた献立を実施します。5月は、「鉄分たっぷりメニュー」です。

