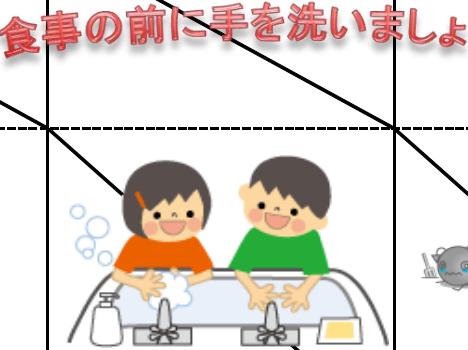
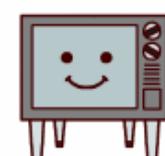
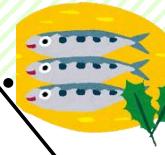
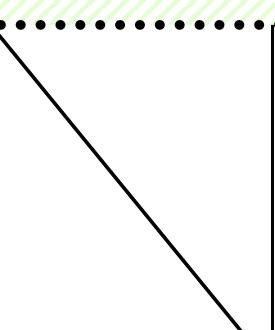
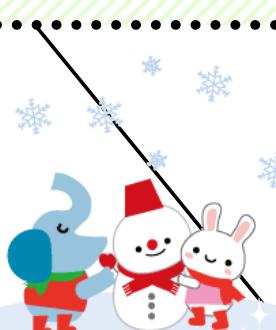
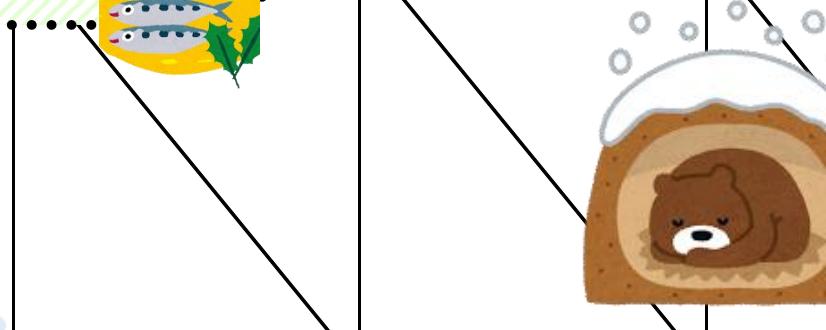


今週の献立表

【令和3年2月1日～令和3年2月7日】

2月1日 (月)	2月2日 (火)	2月3日 (水)	2月4日 (木)	2月5日 (金)	2月6日 (土)	2月7日 (日)
朝食	食事の前に手を洗いましょう！ 					
昼食	2月1日 テレビ放送記念日 ^{2月1日} 		魔除けにも、滋養にも。節分にいわしを食べる理由は？ <p>節分にイワシを食べる風習には、おいの強い魚をつかう事で病魔や悪霊を防ぐ意味があるそうです。 でも、なぜイワシ？幕末ごろに作られたといわれる「日々徳用僕約料理角力取組」という料理の人気番付を調べると、年間を通して最も人気の高い魚類が『いわし』。節分の春だけを見ても、『いわしぬた』や『いわしつみれ』が入っています。それだけ江戸の庶民に親しまれ、行事にも使いやすかったのだろうと推測できます。 イワシの頭をひいらぎのようなトゲのある植物の枝に刺し、玄関口や戸口に飾ることも節分の風習としてよく聞きますが、一年の始まりを気持ちよく迎える儀式的意味合いがあります。</p> 	2月6日 海苔の日 		
夕食						

◆◆◆ 節分のお話 ◆◆◆

今年は、2月2日(火)が、節分です。節分というのは、立春・立夏・立秋・立冬の前日のことをいいますが、特に立春が1年の初めと考えられることから春の節分が最も重視されており、一般には単に「節分」といえば春の節分を指すものとなっています。これは立春を新年と考えれば大晦日に相当するわけで、そのため、前年の邪気をすべてしまうための追儺(ついな)の行事が行われます。その代表が「豆まき」です。

豆まきでは、年男あるいは一家の主人が「福は内、鬼は外」といながら煎った大豆をまき、みんな自分の年の数のプラス1個だけ豆を食べると、これから1年病気にならないと言われています。また、妊婦のいる家庭ではこの豆を安産のお守りにもします。みなさんもご家庭で豆まきをしてみてはいかがでしょうか？