

きゅうしょく
たより



2022. 1月号

長崎うどん

- 材料 <4人分>
- | | |
|-----------|-----------|
| ゆでうどん 4玉 | 揚げだし 6g |
| 豚バラ肉 200g | 塩 5g |
| 白菜 150g | しょうゆ 15ml |
| 玉ねぎ 150g | 片栗粉 9g |
| にんにく 60g | ごま油 適量 |
| フェイタチ 3g | おろし玉 小1玉 |
| コンブサイ 50g | |

作り方

1. フェイタチは水で戻し、うすてりにする(汁はとっておく。)
2. 白菜は短冊、玉ねぎはうすてりにし、にんにくはいちおうに切る。
3. コンブサイはゆで(汁はとっておく。)
4. 鍋に玉ねぎ、にんにくを入れた水からゆで、やわらかくなったら肉をほぐしながら入れ火が通ったら白菜を入れて煮る。
5. 水をとってあじり、(の汁、を水、おろし玉とのおろし玉、片栗粉でとろみをつける。
6. ごま油を入れて、ゆであいだんにかける。

SONO
LIST*

2022年も
よろしく
お願ひします。

給

かじの甘酢汁

作り方

1. かじは食べやすい大きさにうすてりにする。
2. 塩をまぶして、しばらく置き、しぼる。
3. 砂糖・酢をカめによく混ぜ、味をばせる。

材料

かじ 30g (22)	砂糖 9g
塩 2g	酢 18ml

12月は、十人ほ(母)さんの参観から始まり、
火吹き芋に人形あそび、もちつきに
クリスマスコンサートにクリスマス会と
イベントが目白押しでした。今年も今年なりにいそいそと開かれ、
子どもも大人もよい思い出ができたのでは
ないかと楽しみです。



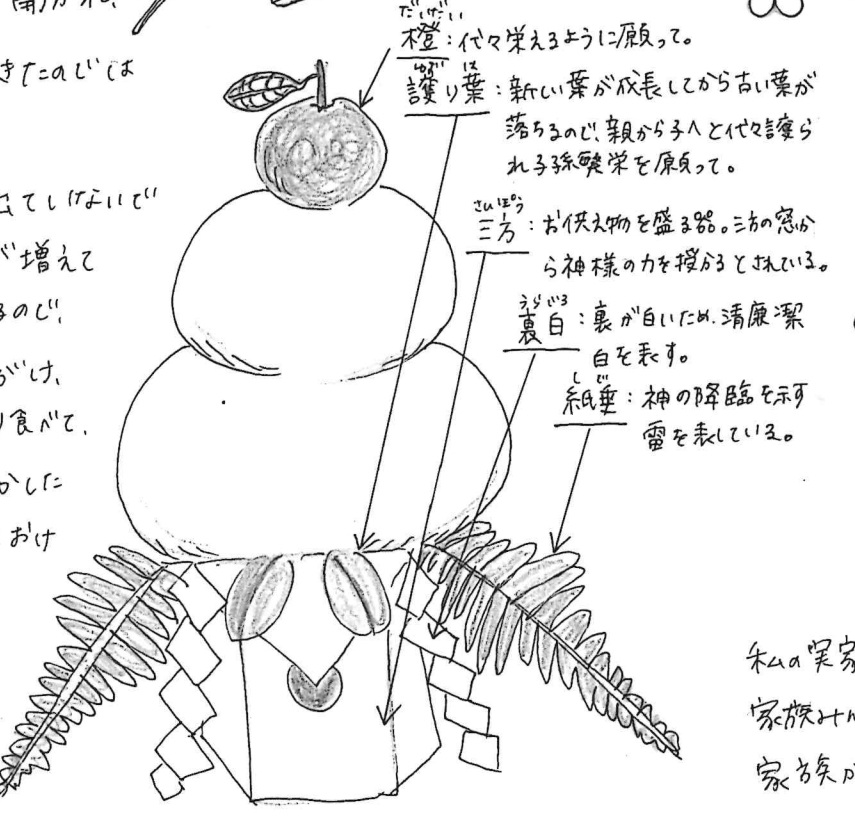
12月に入るとスーパーなどで鏡餅セットが並び始めますね。大きいものから小さなかわいいものまで、干支の置き物が乗っているものもありですね。お正月気分になって買うもの、あれ？(いつまでにかぶるんだらけ？ 鏡餅開き、というだけ？)と毎年迷っている気がします。私の家が小さい頃には祖母の家によく来て立派な鏡餅と屠蘇セットが置いてあって、子どもながらに神聖な気持ちになっていたのを覚えています。

鏡餅

鏡餅は、お正月にやる年神様へのお供えものであり、年神様が宿る場所。昔から鏡には神様が宿るとされているので、「鏡餅」と呼ぶようになります。昔の鏡が丸型だったので丸い形になったそうです。大抵2段に重ねるのは、月と太陽を表しているからだと言われています。

- 様々な縁起物を飾りつけ、赤白餅、赤白餅、各層に年神様(にいてほい)とに供え。
- 正月に食べ、用意した余物を手にとって供えるのがよいです。12月29日に「二重苦」に違い、31日は「一夜飾り」とされて好ましくありません。27、28、30日頃がベストです。

寒くなってきて、インフルエンザがはまり出ているので、
胃腸炎で体調をくずす子供が増えています。1月は今よりもっと寒くなるので、
お正月の間も早寝早起きを心がけ、
お正月のおいしい料理をしっかり食べて、
ときには子どもと一緒に体を動かしたりしながら、
生活のリズムを作っておけるといいですね。
楽しいお正月を過ぎて、元気に登園してくる子供たちと会えるのを楽しみにしています。



鏡開き 1月14日

鏡餅を食べる行事で、一年を幸せに過ぎる力を授けてもらうという意味があります。鏡餅は、供えて、開き、食べてこそ意味があります。年神様(千刃物を嫌う、七割腹に通って縁起がよい)という考えから「割」を使わず「手木」がちで書いて縁起よく「開く」というようになったそうです。今はパックに入っているのが「パックを開く」から...と誤解があるが、本来の意味をちゃんと知っておけるといいですね。

私の実家では、鏡餅に大きなお餅や昆布を飾りつけて、お餅を叩いて、お餅汁はこれに入っているのを味わうのが、一年の終わりの大切な楽しみです。お餅を大いにし、家族が幸せに過ごせるような気がします。