



# ちばなハイサイ子育て便り

〒904-0324 沖縄市知花5丁目19-57  
TEL.098-921-3211

新年あけましておめでとうございます！！無事2022年を迎えることができました。昨年が世の中の環境的に厳しい1年だったこともあり、今年こそは良き1年となるように願っております。

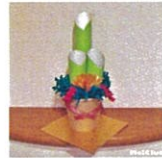
何より子ども達が健康で笑顔いっぱい過ごせることが、私たち保育者や保護者にとって一番の幸せです。  
今年もたくさんの笑顔とパワーを子ども達からもらい、幸せいっぴいな時間を過ごしていきたいと思います。  
本年もどうぞよろしくお願い致します。



## ミニ角松～どこにでも飾れる本格的な正月製作遊び～

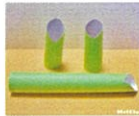
### ●材料

- ラップの芯
- トイレトーパーの芯
- 毛糸 (緑、薄茶)
- スナック菓子の空き箱 (ペットボトルや牛乳パックでも代用可)
- 色画用紙 (黄緑色)
- 折り紙
- 両面テープ (のり可)
- はさみ
- 糰ゴム
- ホール紙 (毛糸巻用)



### ●作り方

1、まずは竹を作る。  
トイレトーパーの芯とラップの芯に色画用紙を巻いて両面テープで貼る。  
先をつぶしてハサミで斜めに切る。  
これを3つ作る。



2、次に土台を作る。  
スナック菓子の空き容器に両面テープをつけておく。  
容器の下から毛糸をぐるぐる巻いてはりつける。



3、2の土台に、1で作った竹を入れる。  
竹の下の部分を少しつぶしながら入ると入れやすい。



4、最後に、松葉を作る。  
10cm～15cm幅のホール紙に緑色の毛糸を10回ほど巻く。  
ホール紙から毛糸をはさみ、真ん中を糰ゴムでとめる。  
毛糸の両端の和になっているところをはさみで切る。  
これを4～5個作る。



5、3の竹の隙間に毛糸の松葉を入れる。  
糰ゴムの部分を持ち、松葉をV字型にするとし込みやすい。  
松葉を上向きになるように手で押さえて形を整えたらできあがり！



<hoiclueより>

## ～1月に食べよう！！「春の七草粥」～

お正月を過ぎてスーパーに行くくと、春の七草パックが売られているのを見かけます。1月7日は人日(じんじつ)の節句。ご家庭で七草粥をいただいて、1年の無病息災を祈りましょう。春の七草の由来や意味を教えながら一緒に作れば、子どもの食育にもなります。

### 春の七草の簡単な覚え方は？

七草粥に入れる7種類の葉が「春の七草」と呼ばれるのはご存じのとおり。子どもの頃にがんばって覚えた記憶のある方もいるかもしれませんが、全て言うことはできません。春の七草は、次のとおりです。  
・セリ(芹)  
・ナズナ(薺)  
・ゴギョウ(御形)  
・ハコベ(繁縷)  
・ホトケノザ(仏の座)  
・スズナ(菘)  
・スズシロ(蘿蔔)



漢字にすると難解なものが多いですね。スズナは蕪(かぶ)、スズシロは大根、ナズナはペンペン草といったほうがわかりやすいかもしれません。春の七草は、次のように「5・7・5・7・7」のリズムで唱えようと、自然と覚えてしまいます。お子さまにもぜひ教えてあげてください。「セリ・ナズナ / ゴギョウ・ハコベ / ホトケノザ / スズナ・スズシロ / 春の七草」

### どうして1月7日に七草粥を食べるの？

七草粥は、お正月の食べすぎ・飲みすぎで疲れた胃をいたわるために食べるといわれることがあります。確かに胃にはやさしいのですが、これは後から考えられた理由であり、歴史をさかのぼると、より深い意味が込められています。七草粥は、もともと五節句の一つである「人日の節句(1月7日)」にいたたく節句料理です。七草粥の由来となる風習は中国から平安時代に伝わりました。江戸時代、幕府が五節句を公式行事としたことをきっかけに、この日に七草粥を食べる風習が庶民にも広がったといわれています。七草は早春にいち早く芽吹くことから「邪気を払う」とされています。そのため、七草粥を食べて1年の無病息災を祈るという思いがこの風習に込められています。

### 七草粥の作り方は？

春の七草は、スーパーに行けばパックが手に入りますが、子どもと一緒に野原や河原などにいって採り取ってみるのも楽しいかもしれません。全て見つけるのは難しいかもしれませんが、ナズナ(ペンペン草)などは比較的見つけやすいでしょう。ただし、野外で七草を探する際には、有毒植物には十分に注意してください。七草粥の作り方は、普通のお粥に七草を混ぜるだけです。七草をきれいに洗って細かく刻み、お粥ができてきたら混ぜ入れて、お好みによって塩で味を調えましょう。

<ベネッセ教育情報サイトより>

## 1月11日は鏡開き

毎年1月11日は「鏡開き」です。  
鏡餅は新年の神様である「年神様」が正月の間に宿る場所。鏡開きは、その鏡餅をおろし、お雑煮やお汁粉などにして食べる行事です。鏡餅を食べることで年神様の力を授けもらい、新年の無病息災を願います。  
鏡開きを行う日は、一般的には、1月7日までの松の内が明け1月11日です。松の内の15日までという地域では、1月15日または20日に行われています。  
鏡開きはもともと武家から始まった行事です。鏡餅に刃物を使うことは切腹を連想させるため、手や木槌などで割ることに。しかし「割る」という表現も縁起が悪いので、末広がりを意味する「開く」を使って「鏡開き」と呼ぶようになったそうです。  
鏡餅は供えるだけでなく、開いて、食べてこそ意味があるもの。小さなかけらも残さず、きれいに食べてくださいな。



餅を割るだけでなく、ふやかして食べるのもオススメです！  
鏡餅をまるごと水につけて半日ほど置いたら、耐熱容器に入れてラップをして電子レンジで加熱し、手でちぎれるくらいのやわらかさになるぞ！  
食べやすい大きさにちぎってお雑煮やお汁粉もいけがオ。

# HAPPY NEW YEAR!!



## 今月の絵本



「おしょうがつさんがやって来られるから おしょうがつが来るんだよ」  
おばあちゃんは、私とねこちゃんとなこちゃんと小坊主ちゃんに、歌いながら正しい年越しと新年の迎え方を教えてくれます。  
まずは年越し、どんな準備をしたらいいのかな。すず払いやしよじの張替えをする大掃除。床の間に飾るのは、大きくて立派なかがみもち。そして大晦日に食べるのは年越しそば！

「あけましておめでとうございます」  
さあ、一日経ったらお正月。  
新しい年っていうのは不思議に人を元気にさせてくれますね。  
おせち料理を食べて、お年玉や年賀状をもらって・・・  
おしょうがつさん どんどこどん  
どんどこどん どんどこどん  
嬉しいこともどんどこやって来ます。



いたずら子ねこのみ～みは、いつもとちがう家の様子に興味しんしん。  
だってきょうは大晦日ですもの。  
親戚があつまって、にぎやかに年越しそばをたべて、除夜の鐘をきいたらみんなは初詣へ。  
ようやく寝静まった夜、み～みは、標のおとそをひっくり返してペロペロ。  
「うふふ あはは きもちいニヤ～」  
あらら、み～みてば、お正月のお酒を飲んじゃった！  
翌朝起きてお母さんはびっくり。  
「み～みったら しょうがないねえ・・・」

思わず笑顔になりますだゆうごさん(ケロソンス)の文章と、独特のコラージュが美しいたちもとみちごさん(calabockle コロボックル)の絵。  
お正月にはねつき、たこあげ、かるた、福笑い・・・いつもと違う遊びをした子どもたち。  
息のあったコンビがお届けする行事絵本シリーズもついに第6弾です。