



なかよしひろば

千代保育園
福山市南町14番11号
(084) 922-8700



2026年が始まって1か月が経ちました。年明けから寒い日が続いていますが、体調はいかがでしょう。インフルエンザや風邪も流行りやすい季節です。こまめな手洗い・うがい・室内の加湿を心がけ、ご家庭でも体調管理に気をつけましょう。冬が過ぎるのもあと少し、寒さに負けず、元気に乗り切りたいですね。

◎節分ってなあに？

節分という言葉には、「季節を分ける」という意味があるのだそう。昔の日本では、春は一年のはじまりとされ、特に大切にされたようです。そのため、春が始まる前の日、つまり冬と春を分ける日だけを節分と呼ぶようになったのです。

ちなみに暦の上で春が始まる日を「立春（りっしゅん）」（2月4日ごろ）と呼びます。

◎どうして節分に豆をまくの？

悪いもの（鬼）を追ひ払い、良いもの（福）を呼び込むために、豆まきをします。鬼に炒った豆をぶつけて、悪いものを追い出すというイメージです。昔、鬼を豆で退治したところから由来しているのだとか。豆まきの豆、“大豆（だいず）”にはたくさんの栄養が含まれているので、鬼を追ひ出すパワーがいっぱいつまっているそうですよ。

▶大豆がたっぷり！ 「節分汁」…別名「鬼除け汁」。具たくさんで栄養満点！体もあたたまります。

材料（大人2人+子ども1人分）

・水煮大豆	40g	・こんにゃく	40g
・豚もも	40g	・ねぎ	20g
・にんじん	1/4本	・油	小さじ1
・だいこん	90g	・みそ	大さじ2
・ごぼう		・だし汁	400cc

- ①にんじん、だいこんはいちょう切りにする。ごぼうはさがきに切る。こんにゃくは短冊切りにする。
- ②ねぎは小口切りにする。
- ③水煮大豆は食べやすいように少しつぶしておく。
- ④油を熱し、豚肉を炒め①と③を入れ、だし汁を加えて煮る。
- ⑤④が煮えたらみそを加えて、最後にねぎを加えて完成。

◎2月の予定（10：30～11：30）

- 3日（火） 制作「節分」、室内あそび
- 10日（火） 制作「バレンタイン」、室内あそび
- 17日（火） 制作「雪だるま」、室内遊び
- 24日（火） おでかけ保育「ハピ♡クロ」
9：30～11：30
inゆめタウン福山店



節分の制作です。
シールで飾って、
かわいいかごを
つくりましょう♪



バレンタインの
制作です。
シールでデコレー
ションしましょう♡

◎お知らせ

- ・引き続き、遊びの途中でも水分補給してください。
- ・希望される方は、園庭遊びも可能ですが、他の方との兼ね合いもあり、難しい場合もあります。興味のある方は、一度お声がけください。

◎一時保育もしています。

未就園児を対象にしております。
急な仕事や用事、兄弟姉妹の参観日、冠婚葬祭など、
一時的に保育が必要な方はご利用ください。
※登録してからの予約になります。
※詳しくは、保育園までご連絡ください。

