



# なかよしひろば

千代保育園  
福山市南町14番11号  
(084) 922-8700



2025年度最後の月が始まりました。このところ、少し温かくなったり、寒くなったりと、気温の波がありますね。加えて感染症の流行もあり、体調が安定しない方もおられるかもしれませんが、少しずつ近づいてくる春の足音に、子どもたちもわくわくしているのではないのでしょうか。暖かい日には外でたくさん体を動かし、寒さや風邪に負けない体づくりをしていきたいですね。

## ◎ひなまつりの由来

3月3日はひなまつりですね。旧暦の3月3日は桃の花が咲く時季であり、「桃の節句」と呼ばれることもあります。ひなまつりの由来は、古代中国の「上巳節」という、厄災を払うための行事から来ているといわれています。それが日本に伝わり、平安時代には貴族の子女の遊びであったひな遊びと結びついて「流し雛」という風習ができました。やがて江戸時代になると、その雛人形を美しく飾って祝う、現在のひな祭りの形になったのだそうです。



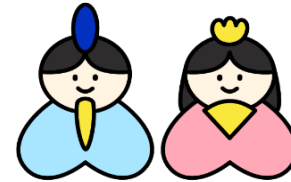
## ◎ひなまつりの食べ物といえば・・・

ひなまつりに食べるひし餅は、3色のひし形のお餅が重なったもの。それぞれの色には「魔除け（桃）」「清浄（白）」「健康（緑）」という意味が込められているのだそう。ひなあられはそのひし餅を砕いて煎ったものだといわれています。ちなみに、関東ではボン菓子をお砂糖で甘く味付けしたものが多く、関西では小さなおかきに塩やしょうゆで味付けしたものが多くなっているそうですよ。

ほかにも、縁起の良い具材がたくさん乗ったちらし寿司、良縁の象徴とされるはまぐりのお吸い物、厄災を祓うために飲む白酒や甘酒など、健康や幸せを願って食べるものがたくさんあります。由来や意味を知ること、より一層お祝いの気持ちが高まるのではないのでしょうか。一つひとつの行事とともに、子どもたちの成長を笑顔でお祝いしていきたいですね。

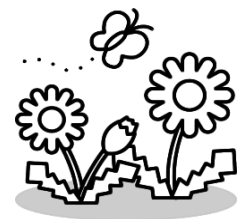
## ◎3月の予定（10：30～11：30）

- 3日（火） 製作「お雛さま」、室内あそび
- 10日（火） 製作「たんぽぽ」、室内あそび
- 17日（火） 製作「ちょうちょ」、室内あそび
- 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



3/17製作  
「ちょうちょ」  
きらきらの  
おりがみを  
貼りましょう！

たくさん  
来てくださって  
ありがとう  
ございました！



## ▶ひなまつりの定番メニュー

### 「ちらし寿司」

材料（1人分）

- ・白米 40g
- ・酢・砂糖 5g
- ・醤油 0.4g
- ・塩 0.4g
- ・むきえび 10g
- ・れんこん 10g
- ・にんじん 5g
- ・しいたけ 3g
- ・水菜 10g

〈作り方〉

- ①ごはんは固めに炊き、合わせ酢（酢・砂糖・塩）をふりかけ、切るように混ぜる。
- ②えびは茹でて、甘酢（酢・砂糖）に浸しておく。
- ③れんこんは小さめのいちょう切り、にんじん・しいたけは短めの干切りにして、砂糖と醤油で煮て下味をつける。
- ④水菜は5mmの長さに切り、茹でておく。
- ⑤①・②・③を入れて混ぜ合わせ、④を散らして完成！



## ◎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。

