

ひなまつり



3月3日はひなまつりです。桃の節句とも言われ、ひな人形を飾り、女の子の健やかな成長と幸せを願います。ひなまつりの食べ物として、ちらし寿司やはまぐりのうしお汁、ひしもちなどがよく食べられます。

ひなまつりとは？

～桃の節句～

中国から伝わった上巳（3月の最初の巳の日）の行事と、日本の公家の間で行われていた「ひいな遊び」が合わさったものだと言われています。災いをはらうために人形や海や川に流した「流しびな」が、人形作りの技術が発達すると川に流さず家に飾るようになっていったそうです。

ひなまつりの食べもの

～どんな意味が？～

ちらし寿司

春をイメージさせる華やかな色合いがお祝いにピッタリといえます。



はまぐりのうしお汁

はまぐりの貝殻は一对になっていて、他の貝とは絶対に合わないことから、良縁を願って食べられます。



ひしもち

白（雪）・緑（大地）・桃（桃の花）の3色からなり、「雪が解けて大地に緑が芽吹き、桃の花が咲く」という春の景色を表しています。

ひなあられ

ひしもちを細かく砕いて持ち運べるようにしたものがはじまり。白・緑・桃の3色と黄色を入れた4色の商品もあり、春夏秋冬を表しているとも言われます。

ひしもちの色

～昔はどうやって付けていたの？～



白…ひしの実を入れた色 ひしの実には血圧低下作用があり、長寿を願う。
 緑…よもぎの葉の色 邪気をはらう効果があるといわれ、健やかさを願う。
 桃…くちなしの実の色 くちなしには解毒作用があり、病気を退ける意味が込められる。

保育園メニューを家庭でも！

♪草団子♪

※お好みのかたさで量を調整してみよう！

【材 料】（幼児4人分）

上新粉 60g（1/2カップ弱）、白玉粉 60g（1/2カップ弱）、ぬるま湯（1/2カップ程度）、ほうれん草 30g（1/8束）、きな粉 20g（大さじ4）、さとう 18g（大さじ2）、塩少々

【作り方】

- ① ほうれん草はゆでて、細かくきざむ。
- ② 上新粉と白玉粉を混ぜ、ぬるま湯で溶き混ぜる。
- ③ ②に①を加えて、よくこねて、耳たぶくらいの固かたさの生地をつくる。
- ④ ③を食べやすい大きさにまるめて、沸騰した湯の中に落としていき、浮き上がるまで茹でる。
- ⑤ ④の水気をきって、きな粉・さとう・塩を混ぜ合わせたものをまぶす。

～「おこしもの」について～

尾張地方に伝わる菓子で、米粉を練って様々な形の木型に入れて蒸し、食紅で鮮やかな色をつけたものです。