



# ハーモニールーム通信

# 1月

明けましておめでとうございます、本年もよろしくお願いいたします。もようしくお願い致します。  
ご家族揃って、お健やかに新年をお迎えのことと存じます。皆様にとって健康で、笑顔がいっぱいの  
毎日になりますように、お祈り申し上げます。



## 子育て支援：ハーモニールーム

- ◆在宅で乳幼児の子育て奮闘中のお父様、お母様または妊娠中の方を応援致します！子育ての悩み、相談等受け付けています。
- ◆「ハーモニールーム」では・・・  
園行事参加、施設見学、育児相談等を行っていますが、新型コロナウイルス感染拡大防止の為、現在は実施を控えさせて頂いています。申し訳ありません。  
少しでも早く、再開出来る日になる事を私達も祈っています。

## ハーモニールーム 年間行事予定

引き続きハーモニールームの行事につきましては、新型コロナウイルス感染拡大防止の為、外部の方の参加は当面ご招待を控えさせて頂いています。ホームページにて園内の様子や、一部行事の様子等をご覧いただけます。ぜひご覧ください。

園見学につきましては、オミクロン株の感染状況によっては、対応がむずかしくなる可能性はありますが、見学に替わる資料は用意させて頂いています。ご希望の方はまずはお電話にてお問合せ下さい。

子育てに関するご相談は、電話で対応させて頂きます。

ご連絡、いつでもどうぞ！おまちしています。



## 1月の行事食が持つ意味



### お屠蘇の意味

お清めの意味を持つお屠蘇は、屠蘇散（とそさん）と呼ばれる漢方をお酒やみりんに浸したもので、無病息災を願って元旦に飲むものとされています。

### 七草粥の意味

1月7日には七草粥がふるまわれますが、このお粥には春の七草がふんだんに使われています。それぞれの七草に邪気を払い万病を防ぐ意味があり、現在はおせち料理で疲れた胃を休める意味で食されることも多いようです。

### おしるこの意味

1月11日のおしるこには、お正月に飾っていた鏡餅を割り入れます。雑煮と同じく、お迎えした神様の力が宿った鏡餅を食べることで1年の活力を得るという意味を持ちます。

鳥取県や島根県の一部地域では、おしるこを「小豆雑煮」として食べる風習が残っています。

### 小豆粥の意味

1月15日の小正月に食べる小豆粥も、1年の無病息災を願った行事食として知られています。

ただ食べるだけでなく、実際に行事食の下準備や調理にも積極的に子どもたちが参加することで、その行事食が生まれた理由や背景、そして込められた意味を知るきっかけにもなります。お正月以外にも、1年の間に行事食を食べる機会は複数あるため、食育としての観点から子どもたちと共に行事食に触れてみてはいかがでしょうか。