



めぐみっこだより

2019.2.27 (水) No.114

2月も残すところ一日！暖かい日も増え春の気配を感じる日も多くなりお散歩や外遊びが楽しくなってきます！春はもうすぐそこですね♪

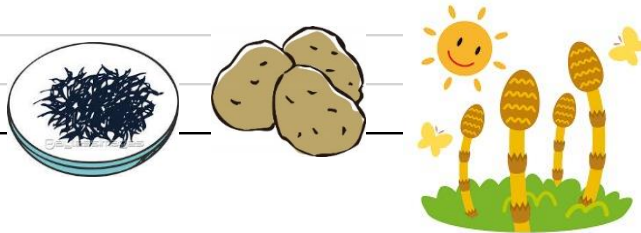
ホール開放も今年度は残すところあと2回になりました。

次回は 3月 13日 (水) です。

ぜひ、お友だちを誘いあってお越しください。お待ちしております。




【ひじきソテー】		4人分
材料	分量	
ひじき	10 g	①ひじきはお湯で戻して、ザルにあげ水気を切っておく。
にんじん	1/4 本	②人参は千切り、じゃがいもは1センチ角切り、ほうれん草はざく切りにし茹でておく。
じゃがいも	中1 個	
ほうれん草	1/4 束	③フライパンにバターを溶かし、ひじきを炒める。
コーン缶	小1 缶	④ひじきに火が通たら、他の材料を炒める。
ツナ缶	小1 缶	⑤④に火が通たら、砂糖としょうゆで味付けをしてできあがり。
バター	小1	
しょうゆ	大1	
砂糖	小1	



3月3日 ひなまつり

「桃の節句」は、本来は「上巳（じょうし、じょうみ）」の節句」といい、3月の最初の巳（み）の日を指していましたが、のちに3月3日に定まりました。

中国ではこの日に水辺で身を清める習慣がありました。それが平安時代に日本に伝わり、草木、紙や藁で作った素朴な人形（ひとがた）に自分の厄災を移す習わしや、貴族階級の子どもの間で始まった「ひいな遊び」という人形遊びが結びつき、海や川に人形（にんぎょう）を流してお祓いをする「流し雛」の習慣となりました。



♪ うれしいひなまつり♪

- あかりをつけましょ ぼんぼりに
おはなをあげましょ もものはな
ごにんばやし の ふえたいこ
きょうはたのしい ひなまつり
- おだいらさまと おひなさま
ふたりならんで すましがお
およめにいらした ねえさまに
よくにたかんじょの しろいかお
- きんのびょうぶに うつるひを
かすかにゆする はるのかぜ
すこししろざけ めされたか
あかいおかおの うだいじん
- きものをきがえて おびしめて
きょうはわたしの はれすがた
はるのやよいの このよきひ
なによりうれしい ひなまつり

