



## 節分について

2023年2月2日(金)  
伊丹市立中央保育所

2月3日は「節分」昔から続く伝統行事の1つです。  
一般的に「節分」というと、自分の歳の数だけ豆を食べて、無病息災で元気に1年を過ごすことを願う日です。また、旧暦で、もうすぐ春が訪れる立春の前日を意味する日でもあります。

◎中央保育所ではこの「節分」の行事を通して、一般的に伝えられていることに加えて、次のことを大切にしたいと思います。

- 節分の由来を知る。
- 春を迎える喜びや元気に1年を過ごせるように願いを込めて豆を食べる。

### <節分の成り立ち>

節分には「季節を分ける」という意味があり、暦の上では節分の翌日から春になります。季節の変わり目には邪気が生じると考えられていたため、それを追い払う豆まきが行われます。

### <どうして豆なの？>

昔から米や豆などの穀物には霊力が宿っていると考えられていたことから、節分に豆をまいてお祓いをするという説があります。他に健康であることを「まめ」ということから語呂合わせで豆をまくなど諸説あります。

### <節分に恵方巻！>

近年、節分に恵方巻を食べる習慣が定着してきました。季節の行事をすぐに遊びに取り入れる子ども達です。



いっぱい巻きちゃう！



巻きすし、どうぞ



自分で作るの。  
楽しい！



恵方巻は恵方を向いて食べると良いとされています。  
今年の恵方は東北東です。

献立に「大豆ごはん」が出ました。



おいしい〜！



まめだ！



モリモリ食べて、  
元気になるぞ！

豆は「畑のお肉」と言われるほど栄養豊富な食べものです。  
豆を食べて身体を丈夫に、元気に過ごしてほしいです。

パクパク！

