



2026年 2月 春明保育園

暦の上では春ですが、冬の寒さはまだまだ続きます。
風邪をひかないように栄養のバランスのとれた食事を心がけましょう。



☆節分と恵方☆

春への季節の変わり目である立春(2月4日)がやってきます。
その前日(2月3日)のことを季節の節を分けるといった意味で「節分」と呼んでいます。

節分の日には恵方巻を食べる習慣があります。
恵方巻とは、節分にその年の恵方(方位)を向いて食べると縁起がいいと言われる太巻きです。「縁を切らないように」切らずに祈りを込めて食べます

※日本小児科学会では海苔は「2歳以上になってから与えましょう」となっています。
2歳以上でも、恵方巻きは噛み切りにくい具材等は避け、気を付けて与えましょう。

* 保育園では2月3日に節分の行事食を提供します ♪