



## にじいろ便り

2月号

社会福祉法人楽山会  
第二椎の実子供の家  
令和6年2月1日

2月4日は、立春です。まだまだ寒い日が続いていますが、暦のうえではもう春だなんて信じられないですね。けれど、子ども達には寒い冬ならではの楽しい外遊びの発見が見られるようになってきました。水を張ったバケツの中が凍りついていたり、地面が氷の柱で持ち上がっていたり…。そんな発見を楽しみながら、寒さに負けず元気に遊んでほしいものですね！

### 雛人形 いつから？



節分（立春）の翌日から雛人形を飾る時期です。2月初めに飾り、1ヶ月たっぴりと春の季節感を楽しみます。節句の直前に飾りを出すのは「一夜飾り」といって縁起が悪いとされているので、気をつけましょう。片付けることも考えて、早めに飾るのが良いですね。「3月3日を過ぎてもお雛様を飾っていると、婚期が遅れる」と言いますが、あまり根拠がなく「早く片付けると、早くお嫁に行く」にかけているとも言われています。雛人形を早めに準備してお子さんと雛祭りを楽しんで下さい。

一時預かりやっています！

お仕事やお子様を連れて行くことが出来ないお出かけの時や大人のリフレッシュ時間などにご利用いただけます。

問合せ先／0422-44-4103（担当／金子）



## 離乳食～恵方巻き～



離乳食完了期からおすすめ！

赤ちゃん用の太巻きには海苔を使わず、青のりを使います。海苔は、喉に引っかかる恐れがあるので赤ちゃんには与えません。  
<https://macaro-ni.jp/24609>より

### 【材料】

軟飯	100g（米 50g・水 100ml）	きゅうり	5g
青のり	大さじ 1	にんじん	10g
しらす	5g	しいたけ	5g
すりごま	ひとつまみ	かつお昆布だし	200ml

### 【作り方】

（あらかじめ米 1：水 2 で、軟飯を作っておきます。）

1. 100g の軟飯に、青のりを混ぜ入れます。
2. にんじん、きゅうりを 2 センチの干切り、しいたけを 5 ミリに切って、それぞれ別々にかつお昆布だしで柔らかくなるまで煮ます。
3. しらすはお湯で 1 分ゆでて塩抜きします。
4. ラップに、1 を平たく敷いて、しらす、にんじん、きゅうり、しいたけ、すりごまをのせて巻きます。
5. 赤ちゃんが食べやすい大きさに切ります。

