

節分献立

節分は、「みんなが健康で幸せに過ごせますように」という意味をこめて、悪いものを追い出す日です。悪いものを「鬼」と呼ぶのだそうですが、悪いもの(鬼)を追い払い、良いもの(福)を呼び込むために、豆まきをします。

鬼に炒った豆をぶつけて、悪いものを追い出すというイメージです。ずーっと昔に、鬼を豆で退治したところから由来しているそうです。豆を自分の歳の数だけ食べると、体が丈夫になって病気になりにくいと言われています。

豆まきの豆、“大豆”にはたくさんの栄養が含まれているから、鬼を追い出すパワーがいっぱいつまっています。

「鬼は外、福はうち」と言いながら豆まきをします。大豆のほか、節分に食べる縁起のよい食べ物として、こんにゃく・いわし・そば・けんちん汁・恵方巻・くじらなどがあります。

牛島っ子が健康で幸せに過ごせますように…「鬼は外 福は内」



令和4年2月3日(木)実施



節分

手作り福豆を
作りましょう

材料	分量	作り方
【福豆(煎り大豆)】		
大豆	すきなだけ	① 大豆は大きめのボウルに入れ、たっぷりの水で浸す。 ② 大豆をざるにあけ、ペーパータオルで水気を取り、かごやざるに並べて十分に乾燥させる。 ③ 乾燥した大豆をフライパンに入れ、弱火～中火で20分程煎る。 ④ 皿にとり、粗熱をとれば完成!!
水	大豆の分量の3倍	

