

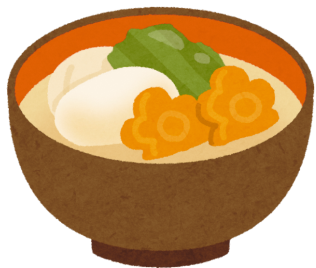
冬ならではの楽しみかた

味わい深い料理や、体がぽかぽかと温まる遊びなどをご紹介します。

寒さに負けず
元気に走り回って
遊んでみよう！

お雑煮いろいろ...

年神様を迎えて五穀豊穡を祈る行事でもあるお正月には、餅を供えます。餅や子孫繁栄を象徴する里芋などのお供えを下げて作った『ごった煮』が雑煮の起源といわれ、平安時代からの習わしです。皆さんは、どんな味付けがお好みですか？



県内いろいろ...

丸餅が主流で具材や汁の味付けは地域によって違います。
・湖西や湖南・・・白みそ仕立てに里芋（頭芋）と人参
・湖東・・・田舎みそ仕立てで里芋にすりごま
・湖北・・・昆布だしにかつおぶしをかけたすましで大根と三つ葉などの青葉を入れる

食べやすい工夫いろいろ...

乳幼児期は、餅や団子の代わりに『おつゆ麩』にしたり『薄くスライスした里芋』で丸餅のイメージにしてみてもいいかもしれません。ご家族揃って今年も健康に一年が過ごせるようにおいしく味わってくださいね。



お正月やお盆などのハレの日に食されている料理『じゅんじゅん』。

牛肉・鶏肉、湖魚（小鮎、いさざ、うなぎ）などをすき焼き風に味付けします。

具材を鍋に入れた時に出る音が「じゅんじゅん」と聞こえたことが由来だとか。

特産の丁字麩や赤こんにゃくを入れたり、冬が旬の春菊や白ネギなどと豆腐を甘辛く味付けして味わってみませんか？シメのうどんもおいしいですよ。

親子で作ろう！ビニール袋たこ

～お正月の手づくりおもちゃ～

【材料】レジ袋・毛糸やリボン

【使うもの】油性マジック・セロハンテープ・はさみ



袋に絵を描いたりシールを貼る



袋の底に、毛糸やリボンなどをセロハンテープでとめる



持ち手に紐を通してできあがり！

ポイント

持ち手を輪にしたり輪ゴムを付けるなどすると、握りやすくなります。

参考文献：HoiClue

えほんの時間

『はーくしゅい』

作：せなけいこ
ポプラ社



風邪をひいたルルちゃん、魔法使いがなおしてくれるかな？
豪快な「はーくしゅい」がとても愉快な絵本です。

『もりのおふろ』

作：西村敏雄
福音館書店



寒い冬におすすめ絵本です。
さくさんの動物が輪になって「ごしごしゅっしゅっ」お風呂って気持ちいいね、楽しいね。