

寒い日が続いていますが、園庭のチューリップは小さな芽を出し少 しずつ春の準備をしています。もうすぐ節分。豆には芽吹くパワーが たくさん詰まっています。そんな豆を年の数だけ食べて、元気に春を 迎えましょう。



もうすぐ節分

節分は「季節を分ける」という意味があり、暦上の春で ある「立春」の直前の日が節分に指定されます。2025年 の立春は2月3日であるため、その前日の2月2日が 節分になります。

なお、今年の方角は西南西やや西です

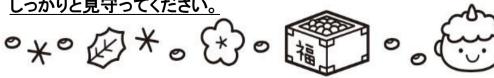
*

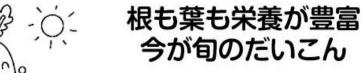
豆まきの由来

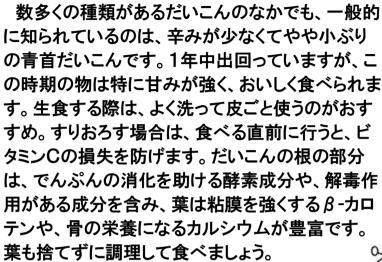
もともと日本には、散供(さんぐ)という、穀物をばらまく ことでお祓いやお清めをする考えがありました。神社など で散米(さんまい)をする光景は今でも見かけますね。豆 まきには「鬼を打ち払う」意味と、「豆を投げ与えて恵み、 静まってもらう」という、2 つの意味が込められているそう です。

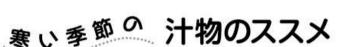
また五穀には霊力があり、まいた場所は清められ、聖 域になる…という考えです。だからこそ、「福は内」で室内 にも向かって投げ、拾って食べると言われています

◎豆を食べさせる時は、豆を砕くなど窒息しないよう工夫して ◎ しっかりと見守ってください。









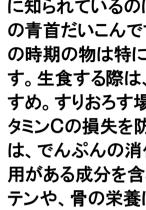
温かい汁物は、冬にぴったり。消化酵素の働きを 促進して消化・吸収を助けてくれる他、のど越しも 温かく、体を芯からぽかぽかにしてくれます。冷め にくくするには、具だくさんにした汁物に、片栗粉な どで緩くとろみをつけるとよいでしょう。他にも、適 当な長さに折った乾麺や、白玉だんごを加えて煮 たり、しょうがの搾り汁やごま油を数滴加えたりする など、食感や風味に変化がつくようにアレンジする のもおすすめです。













*





























