

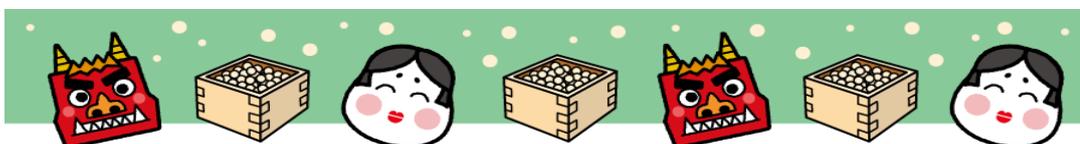
# なべかけ



鍋掛公民館 家庭教育支援事業 第30号

## 2月の行事 豆まき

### ※節分



◆季節を分ける節目の一つに春の始まり『立春』があります。春への準備が進む季節です。豆まきは季節の変わり目に邪気【鬼】が生じるといわれ、それを追い払い、無病息災を祈るために行います。

◆恵方巻は七福神にちなんで7つの具を入れて巻くことで「福を巻き込む」という願いが込められています。目を閉じ無言で丸かじりをすると縁を切らずに願いが叶うといわれています。

◆ヒイラギの小枝に焼いたイワシの頭を刺して戸口に飾ると魔除けになります。

日本の伝統行事を伝え、大切にしていきたいですね。



### 知ってちょっとうれしい

## 旬の野菜 大根 フロフィール

大根は部位によって味が異なるのをしていますか？ 大根おろしにするときは、おろし方によっても辛さが変わります。力を入れて直線的におろすと繊維がつぶれて辛みが増し、円を描くようにやさしくおろすとまろやかになります。また、「捨てるところがない野菜」とも言われ葉の部分にはビタミンCやカロテン、カルシウムが豊富です。刻んで炒めて味を付けてふりかけなどもおススメです。根の部分は免疫力を高め、風邪予防に効果的ビタミンCが含まれます。ぜひ、旬のものを食べて、丈夫なからだを作ってください

★ここでクイズです。大根のひげ根の生え方はどうなっていると思いますか？

- ①全体に生えている      ②縦に並んでいる

答えは裏面にあります。

## 令和5年度PTA親子ものづくり『スノーキャンドル体験』

今年は講師に館脇侑希氏をお呼びして「スノーキャンドル体験」をしました。準備していただいた材料を見ては、きれいな『ろう』に大喜びの様子でした。自分で好きな色を選ぶ楽しさや、おうちの人と一緒にどうかなと？と相談し紙コップに入れて自分だけの作品として作っていきました。カラフルな『ろう』を差し込むように紙コップの中に飾っていき、最後に用意していただいたハロウィンのおばけなどを上に飾り、みんな上手に完成しました。



一つひとつ好みの色を手にとって組み合わせ納得のいくようにしていきました。おうちの人にも見てもらい、自分だけのものを作りました。



出来上がったものを大切に手に持ってみんなで『はい、チーズ!』うれしそうみなさんの笑顔がステキですね。



鍋掛公民館

Tell: 0287-60-1164 Fax 0287-60-1165

Mail: kou-nabekake@city.nasushiobara.tochigi.jp