

1,2,3…何の日？

昨日の1月23日(火)は、「123」で「ワンツースリー」と読む語呂合わせから、人生にジャンプする気持ちを持とうという日だそうです。また、花粉対策の日でもあるそうです。この日は、花粉問題対策事業者協議会が制定し、飛散量の低減、受粉の防御など、春の花粉問題に対する早期の対策を広めることを目的として制定されたそうです。日付は1月・2月・3月が花粉対策の重要な時期であることを強調するため、1月23日に設定されたということです。そういえば、教頭先生を始め、数名の先生方が、「くしゃみ」「鼻水」「鼻づまり」「目のかゆみ」などの花粉症の症状を訴えていました。早めの対策で、酷くならないことを願っています。



長蛇の列…

筑女幼稚園では、1月12日(金)に七草粥を食べました。年長のクラスでは、おかわりに長蛇の列ができたと聞いています。私もいただきましたが、とても美味しかったです。きっと1年間、健康に過ごせると思います。こもれび20号で春の七草について書いていましたが、効能について書いていませんでしたので、ネット記事で探し、記載してみました。



七 草	意 味	効 能
セリ	競り勝つ	高血圧予防 貧血予防
ナズナ	撫でて穢れを払う	高血圧予防 解熱作用・利尿作用
ゴギョウ	「仏体」をあらわす	咳止め・痰切り 風邪予防
ハコベラ	子孫繁栄	止血作用・昔から腹痛の薬とされる
ホトケノザ	仏様が座る「安座」	整腸作用 高血圧予防
スズナ	神様を呼ぶ鈴	消化促進 整腸作用
スズシロ	潔白	消化促進 風邪予防

このように様々な効能を持っているため、七草は「日本のハーブ」ともいわれているそうです。

ポパイをご存じですか？

昭和生まれの私は、ポパイをテレビで見ていたので、よく知っていますが、皆さんはどうでしょうか？

物語は、ほうれん草を食べると超人的パワーを出すセーラー服姿の小男ポパイと、その恋人オリブ、そしてポパイの天敵である大男ブルート(ブルータス)の三人をめぐるコメディだったと思います。

年少の皆さんが栽培していた「ほうれん草」を見ると、ポパイを思い出してしまいました。

1月15日(月)に栽培していた「ほうれん草」を収穫し、味噌汁にして食べました。いりこで出汁を取り、年長さんが作った味噌を使って味噌汁にしました。



みんなは、美味しそうに食べていました。緑黄色野菜を食べるのが苦手な子ども達もおかわりをしていたそうです。きっと「ほうれん草」を食べて、ポパイのように超人的パワーを発揮してくれるものと期待しています。

また、昨日はみんなでブロッコリーも収穫しました。そして早速、茹でてもらい、みんなで食べました。皆の弁当を覗いてみると、結構、ブロッコリーが入っていました。

先生がブロッコリーの株を引っっこ抜いて見せると、なんと植木鉢の土一杯に根が張っている様子に驚いていました。

