## NPO法人 子育て応援ナビぽっかぽか

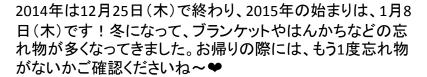
## ぽっかぽか通信



第26号 平成26年12月19日 発行` 出張ひろば・ぽっかぽかプラス

〒710-0813 倉敷市寿町9-2

TEL (086)441-5660 <木・10:00-15:00>





1月22日(木)

10時から15時まで 10時から15時まで

1月 15(木)

まつだ

パーキング

JR倉敷駅

1月29日(木)

10時から15時まで 10時から15時まで

きくちゃん

1/27(火)は、ぽっかぽか家庭教育学級開催のため、出張ひろばを10时から15時まで開きます。

ひろばに専用駐車場はありませ 1/29(木)は、きく ん。近隣の有料駐車場を御利用 ちゃんが来てくれるよ! 下さい。ひろば周辺の駐車場は 相談したいことがある人 すべて月極駐車場ですので、絶 は、ぜひ来て下さいね 対に駐車はしないで下さい。 11時30分から13時 、 は、ランチタイム!お 弁当を持ってきて皆 なんは 二八人形理 で食べましょう♪ アリオ倉敷 000

メ 寿町踏切へ



児童精神

児童精神科医 佐々木 正美先生

## ★お正月とおせち料理★

「おせち料理」は、平安時代の朝廷行事で作られた節句料理が起源と言われ、神前に祝いのお膳をそなえ、神様と人とが料理を供(とも)にするという意味の「お節供(せちく)」が「おせち」となったそうです。時代の流れとともに、新しい年を迎えるお正月料理が現在の形になったのは江戸時代後半。さらに明治以降は「おせち料理」と呼ばれるようになりました。

それぞれの料理にはさまざまな夢や願いが託されていて、例えば黒豆には健康、数の子は子孫繁栄、昆布巻は喜ぶ・不老長寿、田作りは豊作・豊穣、伊達巻ははなやかさや文化・勤勉、栗きんとんは金運・商売繁盛などです。おせち料理には、野菜・玉子・海草・豆・芋・肉・魚など1日に摂取したいとされる食材がほとんど使われていますから、寒い冬を乗り切るという意味でもバランスの良い健康料理といえますね。