

5月5日はこどもの日と端午の節句



5月5日はこどもの日。同じ日が端午の節句でもありますね。
こいのぼりを揚げて、五月人形やカブトを飾って柏餅や、ちまきを食べる日です🍡

皆さんはなぜ同じ日に二つの行事があるか知っていますか？
実は、こどもの日は国が制定した祝日であるのに対し、端午の節句は季節の節目の行事、厄払いを行う日なんです！
「祝日」という認識よりは、季節行事という意味合いが強いそうです！



古代中国の陰陽五行節によると、季節の変わり目である5月は体調を崩して亡くなる方が多く、特に5日は同じ奇数が重なって、縁起の悪い日と考えられていました。
そこで、5月5日に厄払いを行ったのが、端午の節句の起源といわれています。
端午の節句は、菖蒲(しょうぶ)という香りに邪気を払える効果がある植物を使った、菖蒲湯に浸かって清める風習もあります。



こどもの日は、日本で1948年に制定された祝日です。
「子供を国の宝」として大事にし、「心身ともに健康に育つように」という願いを込めて「こどもの日」が制定されました。



ちなみにこどもの日は産んでくれた母親に感謝する日でもありますから、お子さんにはそのことも忘れずに伝えたいですね。

栄養だより

2023年5月
第139号
発行 万寿苑栄養課

5月のピックアップメニュー！

					5 オムライス かしわ餅	
	8 おろし豚かつ			11 たけのこの 炊き込みご飯		
14 お花の 押し寿司	15 お茶あじろし の衣あじろし			18 あんみつ		
		23 ジャージャー麺		25 サンドイッチ	26 揚げじゃかの 甘みそあえ	