

# 2月 豆まきをして、新しい一年を元気に過ごそう 節分

2月3日は節分。立春の前日だね。  
昔の暦(カレンダー)では、立春を新年、  
その前日を 大みそかとしていたんだ。  
大みそかだから、新しい一年を元気に楽しく過ごせるようにと、  
豆をまいて、災いをまねく鬼を追い払う習慣ができたんだね。

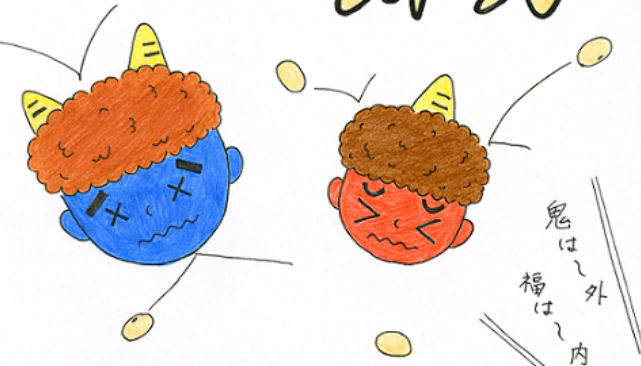


鬼はいわしのにおいと、  
ひいらぎの葉が大きい。  
玄関に飾ると鬼が入ってこないよ。



年の数(時にはひとつ多く)の  
豆を食べると、  
体が丈夫になり、  
風邪をひかなくなるよ。

その年の年神様がいる方向(恵方)を  
向いて無言で食べると、  
その年は元気でいられると  
言われているよ。



2 February 2015 平成 27 年

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7 ★
8	9	10	11	12	13	14
15	16 ★	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

- 主な行事
- ★2月7日(土)運動部会  
野川公園・深大寺  
ヘルシーウォーキング
  - ★2月16日(月)  
歯と口腔の健康づくり部会  
発声と体操で健口づくり  
“あえいおう体操”

調布市民健康づくり始める会  
http://chofu-healthnet.jp  
**食楽食育の会**

食育カレンダーをアップしています 次アクセス!

調布市民健康づくり始める会

検索

食育カレンダーに関するお問い合わせは、市民活動支援センター電話代行サービスまで(042-498-3381)