



## 《2月3日は節分です》

今年の節分は2月3日（火）です。給食では節分の献立として「いわしの梅煮」と「きなこ大豆」を予定しています。今月の給食だよりでは節分や豆まきの由来等について紹介します。ぜひご家庭での話題にしてください。

### 節分の由来



「節分」は季節の変わり目を表す言葉で、立春、立夏、立秋、立冬のそれぞれの前日をさします。冬から春になる時期を一年の境として考えることから、現在では「節分」というと立春の前日をさすことが多いです。昔は、季節の変わり目には邪が入りやすいとされていたため、節分には邪気を払う儀式が行われていました。

### 豆をまく理由



大豆には霊的な力が宿ると信じられており、神様へのお供え物としても使われます。魔の目（<sup>まめ</sup>魔目）に豆を投げつけて魔を滅する（<sup>まめ</sup>魔滅）とも言われています。豆まきをしたら、1年間無事に過ごせるように願いながら、自分の年齢よりもひとつ多く豆を食べます。そうすることで、病気に勝つ力がつき福を呼ぶとされています。

### 恵方巻きを食べる理由



“福を巻き込む”として縁起が良い「恵方巻き」を、その年の神様がいらっしゃる方角（恵方）を向いて丸かじりします。「食べている間に願いを込める」、「縁を切らない」との意味合いから、無言で丸ごと一本にかぶりつくといわれています。今年の恵方は【南南東】です。

### 鬼の苦手な「いわし」と「ひいらぎ」

鬼は、いわしの生臭さとひいらぎの痛いトゲが苦手とされています。そこで、いわしの頭を焼いたものをひいらぎの枝に刺し、それを玄関に取り付けて鬼が入ってこないようにする風習があります。



### 福豆の活用

節分で余った福豆はどうしていますか？福豆はたんぱく質や食物繊維、カルシウム等が豊富に含まれています。砂糖やはちみつでコーティングしたり、刻んでクッキーに入れたり、チョコランチにしたり、おやつに活用すると食べやすくなり、栄養も補給できるのでオススメです。

## 《6年生のリクエスト献立が登場します》

6年生が家庭科で学んだことを生かし、リクエスト献立を考えました。2月の給食で登場します。楽しみにしててください。

2月12日(木) 6-1の献立

- ・ご飯
- ・牛乳
- ・鶏の唐揚げ
- ・けんちん汁
- ・清見オレンジ



2月13日(金) 6-2の献立

- ・ハンバーグカレーライス
- ・牛乳
- ・海藻サラダ
- ・チョコクレープ



2月17日(火) 6-5の献立

- ・チャーハン
- ・牛乳
- ・ぎょうざ
- ・わかめスープ
- ・ごま団子



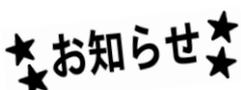
2月25日(水) 6-3の献立

- ・抹茶揚げパン
- ・牛乳
- ・ポトフ
- ・コールスローサラダ



2月27日(金) 6-4の献立

- ・カルボナーラスパゲティ
- ・牛乳
- ・フライドポテト
- ・コーンサラダ



★お知らせ★ 本校ホームページの「給食・食育」のページを更新しました。給食写真（1月分）を追加しました。ぜひ、ご覧ください。