

2月 給食だよ

令和8年1月吉日
大田区立馬込小学校
校長 山本 秀一

おはしを正しく持ちましょう!

もうすぐ立春です。暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続きます。「食事のバランス」や「早寝、早起き、朝ごはん」で生活リズムを整えて、病気やウイルスを追い払いましょう。

「はし」は日本が誇る食文化のひとつです。はしには「つまむ」「切る」「はずす」等いろいろな使い方があります。正しい持ち方や使い方ができるようになると、食事でも食べやすく、見た目も美しくなります。自分のはしの持ち方を確認して、正しい持ち方や使い方を身に付けましょう。

2月3日「節分」

節分は立春の前日、冬から春への季節の変わり目の行事です。

もとは、立夏や立秋、立冬の前日も節分といわれていました。



<どうして豆をまくの?>

大豆には霊的な力が宿るとされ、神様へのお供え物としても使われています。魔の目(魔目=まめ)に豆を投げつけて魔を滅する(魔滅=まめ)ともいわれます。また、豆まきに使う大豆は、必ず「炒り豆」でなくてはなりません。それは、大豆から芽が出てしまうと縁起が悪いからです。豆まきがすんだら、一年間無事に過ごせるようお願いしながら、自分の年齢よりもひとつ多く豆を食べます。豆を食べることで、病に勝つ力もついて福を呼ぶとされています。

<恵方巻きの由来は?>

恵方巻きは、大正時代に大阪の商人が、節分の時期にお新香をのり巻きにし、商売繁盛を願って食べていたといわれています。それが大阪を中心に全国へ広がっていきました。恵方巻きは、その年の恵方(福を授ける年神様がいらっしゃる方角)を向いて丸かじりすると、願い事が叶い幸福に恵まれ、無病息災や商売繁盛をもたらすとされています。福を逃がさぬよう包丁で切ったり途中で話したりしてはいけません。願い事をしながら最後まで食べます。

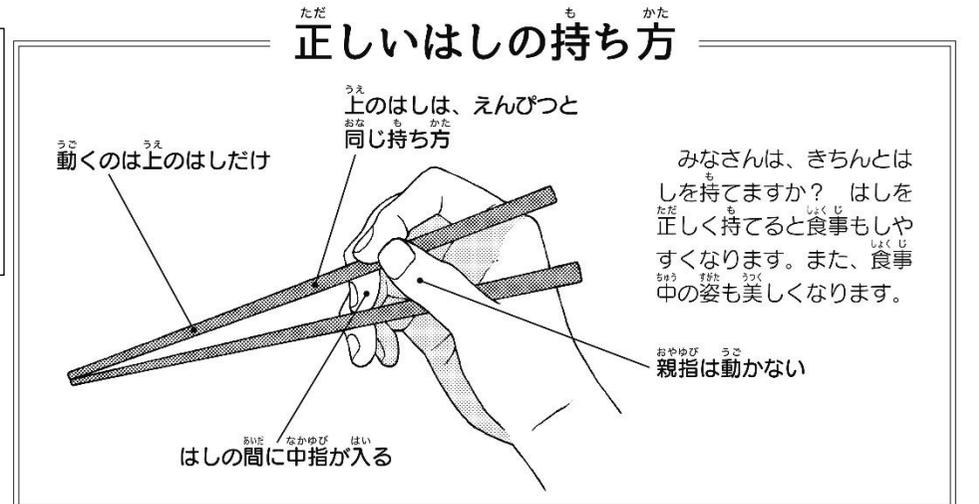


<鬼の苦手なものは?>

鬼は、いわしの生臭さとひいらぎの痛いトゲが苦手です。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。これを「焼臭(やいかかし)」などと呼んでいます。

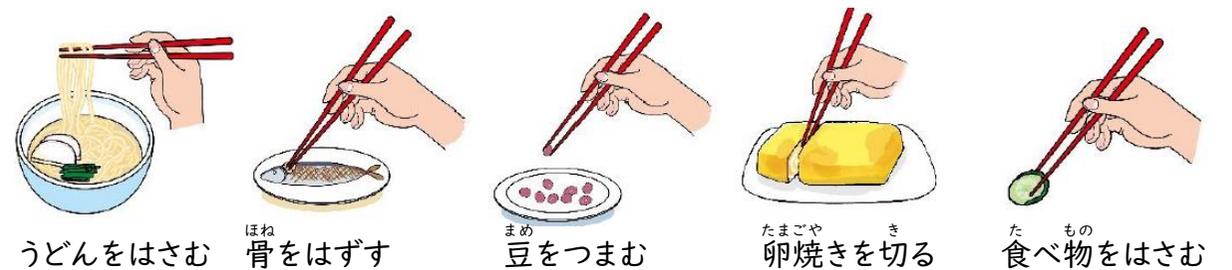


正しいはしの持ち方ができていますか? 右の絵を見て、はしの持ち方を確認してみましょう!



©少年写真新聞社2021

いろいろなはしの使い方



東邦大学と連携した給食献立開発

東邦大学と栄養教諭・栄養士が連携し、減塩と偏食改善をテーマにした健康増進に向けた献立開発をしました。塩分量を減らしたり、おいしく好き嫌いをなく食べられたいように食材の組み合わせや調理方法を工夫しています。2月2日の給食で減塩に取り組んだ献立を提供します。



「みそ汁の具材」人気投票 結果発表

2学期に大田区の小中学校でみそ汁の具材のアンケートを実施しました。大田区学校給食週間(1月24日から2月6日)にあわせて、馬込小学校で人気だった具材を入れたみそ汁を2月5日に提供します。

- 1位 わかめ
- 2位 とうふ
- 3位 じゃがいも

