

5月給食だより

令和6年4月30日
大田区立志茂田小学校
校長 中村 一裕
栄養教諭 平尾 綾

今月は運動会があります。早寝・早起き・朝ごはんを心がけて元気に過ごしましょう。

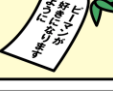
「五節句(五節供)」と行事食について知ろう!

5月5日は、国民の祝日「こどもの日」ですが、男の子の健やかな成長を祝う「端午の節句」でもあります。節句と名の付く行事は他に、1月7日の「人日の節句」、3月3日の「上巳の節句」、7月7日の「七夕の節句」、9月9日の「重陽の節句」があり、まとめて「五節句」と呼ばれます。

中国から伝わった風習が日本独自の行事に変化したもので、行事食には、健康で幸せに暮らせるようにという願いが込められています。それぞれの節句には、邪気（病気や災難を起こす悪い気）を払うとされる季節の植物が用いられているのも特徴です。



こどもの日は「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する」日として定められており、端午の節句とは異なる行事です。

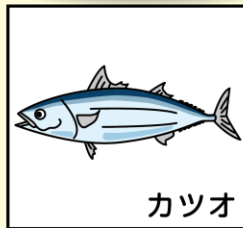
1/7 人日の節句 (七草の節句)  七草がゆ	7種類の若菜を入れた「七草がゆ」を食べて、一年の無病息災を願います。若菜は、セリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロで、春の七草ともいいます。  セリ  ナズナ  ゴギョウ  ハコベラ  ホトケノザ  スズナ  スズシロ
3/3 上巳の節句 (桃の節句)  はまぐりのうしお汁	「ひな祭り」の名で親しまれ、桃の花やひな人形を飾り、女の子の健やかな成長を祝います。行事食には、「ちらしずし」「はまぐりのうしお汁」「ひしもち」「ひなあられ」などがあります。 
5/5 端午の節句 (菖蒲の節句)  かしわもち	かぶとや武者人形、こいのぼりを飾り、「ちまき」や「かしわもち」を食べて、男の子の健やかな成長を祝います。香りの強い菖蒲を入れたお風呂につかり、厄を払う風習もあります。 
7/7 七夕の節句 (笹の節句)  そうめん	願い事を書いた短冊を笹竹につるし、技芸上達、豊作などを願う「星祭り」が行われます。行事食として「そうめん」が食べられていますが、夜空に浮かぶ天の川や、機織りに使う糸に見立てているなど、いろいろな由来があります。 
9/9 重陽の節句 (菊の節句)  菊花酒 菊料理	菊の強い香りで邪気を払い、長寿を願います。現代では、あまりなじみがありませんが、江戸時代には五節句を締めくくる行事として、菊の花見をするなど、一般の人びとの間でも盛大に行われていました。 

線でつなこう!

春の食べものの漢字

& 英語クイズ

はる 春に おいしい 食べもの カードが 並んで います。
 かんじ えいご 漢字と英語のカードをそれぞれ線でつないでみましょう。



こたえ

苺-いちご-strawberry 鰹-カツオ-bonito 玉葱-たまねぎ-onion
 筍-たけのこ-bamboo shoot 甜瓜-メロン-melon 馬鈴薯-じゃがいも-potato

