

給食だより

令和4年度 2月

＜西能美学校給食共同調理場＞

もうすぐ「立春」です。暦の上では春ですが、2月は1年で一番寒い季節です。寒いとあまり意識することがないかもしれませんが、水分補給をこまめにしていますか？冬は空気が乾燥しているため、体内の水分が失われやすくなります。また、のどの乾燥が風邪の原因になることもあります。こまめな水分補給を心がけるようにしましょう。

せつぶん だいず について知ろう！

節分は、「季節の分かれ目」を意味しており、もともとは「立春」「立夏」「立秋」「立冬」の前日をさしていましたが、今では「立春」の前日だけを節分と呼んでいます。冬から春へと季節が移り変わる「立春」は、お正月と同じように1年が始まる重要な日と考えられており、その前日の節分は大みそかのような位置づけで、特に大切にされてきました。

豆まき

豆まきを使うのは、炒った大豆です。大豆は、お米と同じように大切な作物であり、特別な力があると考えられてきました。「鬼は外、福は内」と唱えながら家の中や出入り口にまいて、鬼＝邪気をはらい、自分の年の数（または年の数+1粒）の豆を食べ、1年の幸福を祈ります。

ヤイカガシ

ヒラギの枝に、焼いたイワシの頭を刺したもので、ヒラギイワシともいいます。ヒラギの葉のトゲトゲや、イワシのにおいを鬼が嫌うとされ、家の戸口や門に飾って鬼を追い払います。豆がら（大豆を取った後の枝）を添えることもあります。

だいず 大豆のヒミツ

大豆には、ほかにどんなヒミツがあるか調べてみよう。

① 大豆のヒミツを知ってる？
② 大豆の成長過程。
③ 大豆の収穫と乾燥。
④ 大豆の加工と調理。

「ひろしま給食」メニューを紹介します！

HP「ひろしま給食推進プロジェクト」で検索してみてください。食材や作り方が掲載されています。

「ひろしま給食」プロジェクトの趣旨は、学校・家庭・地域が一体となり、学校給食を活用した食育の推進を通して、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けた児童生徒を育成することです。今年度、指定食材を使用した簡単にできるメニューを募集したところ、1,533点の応募がありました。その中から書類選考を通過し、県民投票で選ばれた5つを紹介します。

食育テーマ「ひろしま給食」でSDGsを考えよう！！～広島県産の旬の食材の活用～



S・さっぱり D・どうぞ
G・がっつりと SDGsビーフン



もぶってぶちうま！
お宝もぶり



ひろしまさんうみ だいち
広島産海と大地の
チヂミックス



たこうらんまいあ
多幸運米揚げ
(たこーらんまい)



くるっと！
ひろしま
広島のみりよくれ～ぷ

2月の給食で提供します！

広島県産の食材を使った、メニューです。おうちで作って食べてみてください。