

きゅうしよくだより

令和7年12月
大阪市立西天満小学校

ぎょうじしよく 行事食について知ろう

ちいき ちいき ちいき
地域によって、昔から行われている祭りなどの行事があります。このような行事には、その
きせつ ないよう
季節や内容にあったごちそう（行事食）があり、それぞれに意味がこめられています。
きゅうしよく しょうがつ せつぶん つき み ぎょうじしよく せいかつ ゆた ぎょう
給食では、正月や節分、月見などの行事食が出ます。わたしたちの生活を豊かにする行
じ し たいせつ ぎょうじしよく たの
事を知って大切に、行事食を楽しみましょう。

しょうがつ がつ
正月（1月）
〇おせち料理
ねん けんこう しあわ ぐ
1年を健康で幸せに暮
らせますようにという願い
がこめられています。



せつぶん がつ
節分（2月）
〇いり豆
わざわ お
災いを追いはらうため
に、豆をまいたり、年の数
だけまたはひとつ多く食べ
たりします。



たんご せつく がつ
端午の節句（5月）
〇かしわもち
〇ちまき
こ けんこう せいちょう
子どもの健康と成長への
願いがこめられています。



つきみ がつ
月見（9月）
〇だんご
じゅうご や つき た
十五夜の月に食べもの
を供え、収穫への感謝と
豊作を願います。



おお がつ
大みそか（12月）
〇年越しそば
うん じゅみょう
運や寿命をのばすという意
味や、1年の災いを切るとい
う意味がこめられています。



とうじ がつ
冬至（12月）
〇かぼちゃ
ねん よる もっと なが ひ
1年で夜が最も長い日に
食べると病気を防ぐといわ
れています。



がつ 12月のこんだてより

ねん いちばんたいよう で じかん みじか ひ
1年で一番太陽が出ている時間が短い日のことを
【冬至】といいます。今年の冬至は12月22日です。

とうじ ひ ことし とうじ がつ にち
冬至の日に「ん」のつく食べものを食べると、「運」を
よ 呼びこむことができるといわれ、「なんきん（かぼち
や）」を食べる習慣があります。

かぼちゃには、ビタミンAやビタミンCが多く含まれて
います。

にち すい や あま
17日（水）焼きかぼちゃの甘みつけ



きゅうしよく で いま しゅん や さい 給食に出る今が旬の野菜

★きくな★



きくなは、春に黄色の花をさかせるため、「春菊」と
も呼ばれます。10月から3月が旬（たくさんとれて、お
いしい時期）の野菜です。

がつふつか か
12月2日（火）きくなどとはくさいのごまあえ

★かぶ★

かぶは、アブラナ科の植物で、はくさい、なのはな、
キャベツなどの仲間です。秋から冬のかぶは甘みが増
します。

がつみっか すい ふうみ
12月3日（水）かぶのゆず風味

