

2月 5日

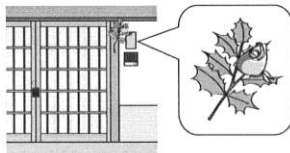
(火)

# せつぶん 一節分

節分の日には、病気や悪い出来事を追いはらうために、「鬼は外、福は内」と言って豆まきをしたり、年の数だけいり大豆を食べたりする習慣があります。



鬼が苦手ないわしの頭をヒラギの枝にさして、家の入り口に立てる習慣もあります。



給食では、節分の行事献立として「いわしのしょうがじょうゆかけ」と「いり大豆」が出ます。

きょうのこんだて

いわしのしょうがじょうゆかけ  
ふくめに  
いりだいず  
ごはん  
ぎゅうにゅう

き	(おもにエネルギーのもとになる) さとう、さといも、ごはん
あか	(おもにからだをつくる) いわし、ふたにく、けすりぶし いりだいず、ぎゅうにゅう
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) しょうが、だいこん、にんじん れんこん、さんどまめ

クイズ3 節分のつぎの日は、何と言うでしょうか。  
① 立春 ② 春分 ③ 冬至

## 一口メモ

○今週は「歯と口の健康強調週間」です。

今日のかむかむメニューは、「いりだいず」

です。一口30回意識してかみましょう。

給食時には、健康委員会からの放送もあります。

よく聞いてください。食後は、歯みがきサンバの曲に

合わせて、ていねいに歯をみがきましょう。

○今日は「節分の行事こんだて」です。せつ分とは、季節の

変わり目の前の日です。節分には、病気や悪いできごとを

おいはらうために、「おには外、ふくは内」とかけ声をかけながら、いりだいずを

まいたり、自分の年や年に1をたした数のいりだいずを食べると一年を元気に

すごせるといわれています。

また、いわしの頭をヒラギの枝にさして、家の入口に、  
立てかけておくところもあります。みなさんの家では、どう  
でしたか。給食では、節分にちなんで「いわしのしょうが  
じょうゆかけ」と「いりだいず」がでます。



今週は、「歯と口の健康強調週間」です。よくかんで食べることを意識しましょう。



さといも(冷)	鹿児島県	にんじん	長崎県	しょうが	高知県
れんこん	徳島県	だいこん	徳島県	三度豆(冷)	タイ

ごみの分別 口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①