

2月 5日

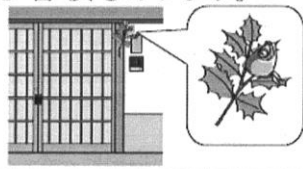
せつぶん 節分



せつぶん ひ びょうき わる
節分の日には、病気が悪い
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。



おに にが て
鬼が苦手ないわしの
あたま えだ
頭をヒイラギの枝にさ
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

ごはん
ぎゅうにゅう
いわしのしょうがじょうゆかけ
ふくめに
いりだいず

き	(おもにエネルギーのもとになる) ごはん、さとう、じゃがいも
あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう、いわし ぶたにく、けずりぶし いりだいず
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、ごぼう さんどまめ、しめじ

クイズ3 おに は、なぜいわしが苦手なのでしょう。か。
①におい ②食べると骨が刺さるから ③味

一口メモ

○今週は、「歯と口の健康強調週間」です。給食時間に、かむ
かむメニューを担当の先生の指示に従って、一口30回よく
かんで食べましょう。今日のかむかむメニューは「いりだいず」
です。給食時には、けんこう委員会からの放送もあります。
しっかり聞きましょう。

食後は、「歯みがきサンバ」に合わせて、ていねいに歯をみがきましょう。

今週は、「歯と口
の健康強調週間」
です。



○今日の給食は節分の行事こんだてです。2月4日のきのうが立春でした。

立春の前の日が節分です。みなさんは、家で豆まきをしましたか。

今日のかむかむメニューでもある「いりだいず」は、だいずを火に
かけて熱したものです。なぜ、いりだいずを豆まきに使うのかは、
生のだいずだと、落ちたところから芽がでて不吉とされていた
からです。

福豆は、年の数だけ食べると一年を健康にすごせるといわれて
います。給食のいりだいずをしっかりとよくかんで、健康にすごせる
ようにしましょう。



じゃがいも	北海道	にんじん	鹿児島県	だいこん	香川県
ごぼう	青森県	しょうが	高知県	しめじ	長野県

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①