

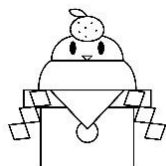


きゅうしよく

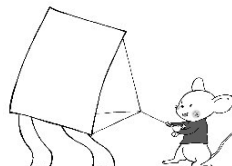
給食だより 1月

令和8(2026)年
大阪市立平尾小学校

まいつき にち しょくいく ひ
毎月19日は食育の日



ぎょう じ しょく し
行事食を知ろう



にほん には、いちねんかん さまざま ぎょう じ
日本には、一年間の様々な行事にかかわって、家族や地域で 昔 から受け継がれている食
ぶん 文化があります。行事食にはどんなものがあるのでしょうか。

おせち料理(おせちりょうり)

【1月:お正月】

おせち料理は、豊作と健康を祈って神様にお供えしていた料理だと言われています。おせち
りょうり 料理にはそれぞれ、いろいろな願いが込められています。また、重箱に詰められますが、これは
めでたさをかさねるという意味も込められています。

えび

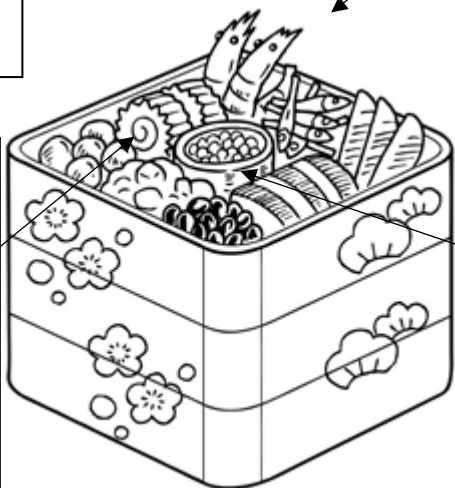
こし ま ながい
腰が曲がるまで長生きする
ようになど長寿の意味があ
ります。

ごまめ(たづく)

むかし た ひりょう
昔、いわしを田の肥料に
していたことから、豊作を
もたらすという意味があ
ります。
がつこのか きゅうしよく
1月9日の給食にです。

くりきんとん

こがねいろ
くりきんとんの黄金色が
たから ゆた
宝のようなので、豊かな
とし 年になるようにという願
いがこめられています。
がつはつか きゅうしよく
1月20日の給食にです。



くろまめ
黒豆

まめ けんこう く
豆で健康に暮らせますよ
うにという意味が込めら
れています。
がつ にち きゅうしよく
1月13日の給食にです。

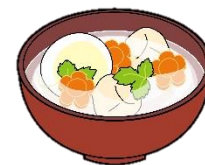
がつ このか しょうがつ ぎょう じ このか
1月の献立より ~正月の行事献立~

がつこのか きん
1月9日(金) れんこんのちらしずし、ぞう煮、ごまめ

ぞう煮は一年の無事を祈り、お正月に食べる伝統的な日本料理です。

もちや野菜・海のものなど、いろいろな食べ物を入れて煮ることから

「雑煮」という名前がついたと言われています。地方や家庭によって、具や味つけ・もちの
かたち ちが ぎょうしよく しろ おお かんさいふう あじ
形などが違います。給食では、白みそを多くつけた関西風の味つけです。



七草がゆ(ななくさがゆ)

【1月7日】

ねんかん ほうさく む びょうそくさい ねが た ななくさ
1年間の豊作と無病息災を願って食べます。七草は「せり・なずな・ごぎょう・
はこべら・ほとけのざ・すずな(かぶ)・すずしろ(だいこん)」です。



柏もち・ちまき(かしわもち・ちまき)

【5月5日:子どもの日】

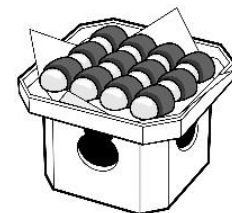
あた め て ふる は おお かしわ き
新しい芽が出るまで古い葉が落ちない柏の木のように、
おや こ まご いのち ねが た
親から子、孫へと命がつながることを願って食べます。



月見だんご(つきみだんご)

【9月~10月:十五夜】

つき かみさま ご こくほうじょう かんしゃ こ しゅうかく こめ つく
月の神様に、五穀豊穰の感謝を込めて、収穫したお米で作った
だんご おそな
お団子をお供えします。



年越しそば(としこしそば)

【12月31日:大晦日】

え ど じ だい はじ しょくぶん か がつ にち た い ほと
江戸時代から始まった食文化です。12月31日に食べるそばのことを言います。そばは細く
なが なが い いえ だいだいなが つづ ねが こ
長いことから、長生きできるように、家が代々長く続きますようにとの願いが込められています。
また、そばは切れやすいことから、一年の苦労や災難を断ち切るという意味もあるなどいろい
ろな説があります。



このほかに、せつぶん いわし だい ず ま まつ
冬至(かぼちゃ)などの行事食もあります。

