

きゅうしよくだより

令和7(2025)年
大阪市立木川南小学校
12月号

ぎょうじしよく 行事食について知ろう



昔から祭りなど、地域によって行われている「行事」があります。このような行事には、その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。

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）

- ・おせち料理
- ・雑煮
- ・七草がゆ

1年を健康で幸せに暮らせようという願いがこめられています。

せつぶん がつ
節分（2月）

- ・いわし
 - ・いり豆
- 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1つ多く）食べたりします。

たんご せつ がつ
端午の節句（5月）
（こどもの日）

- ・かしわもち
 - ・ちまき
- 子どもの健康と成長への願いがこめられています。

おお がつ
大みそか（12月）

- ・年越しそば
- 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）

- ・かぼちゃ
- 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。

つきみ がつ
月見（9月）

- ・月見の団子
 - ・さといも
- 十五夜の月に食べものを供え、収穫の感謝と豊作を願います。

がつ
12月のこんだてより

冬至



22日（月）焼きかぼちゃの甘みつけ

冬至（今年は12月22日）とは、1年で一番太陽が出ている時間が短い日のことです。

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

かぼちゃには、かぜなどの病気を予防するビタミンAやビタミンCが多く含まれています。

きゅうしよく とうじよう いま しゅん やさい
給食に登場する今が旬の野菜

★かぶ★

12月8日（月）かぶのゆず風味

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。日本では古くから作られてきました。大阪では、11月から2月ごろに多く出回ります。

★きくな★

12月9日（火）きくなとはくさいのごまあえ

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。

