

ぎょうじしょく 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し、行事食を楽しみましょう。

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しますようにという願いがこめられています。

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。

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。

大みそか（12月）

- ・年越しそば
- ・運や寿命をのばすといふ意味や1年の災いを切るという意味がこめられています。

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。

月見（9月）

- ・月見のだんご
- ・さといも

十五夜の月に食べものをお供え、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づかけ

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」のつく食べ物を食べると、「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。

きゅうしょく とうじょう 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、春に黄色の花を咲かせるため、「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。

