

まゆうしよくだより

れいわ ねん がつ
令和7年12月
おおさか しりつきたつみしょうがっこう
大阪市立北 翼 小学校

ぎょうじしょく 行事食について知ろう



ちいき 地域によって、むかし 昔から行われている祭りなどの行事があります。このような行事には、その季節や内容にあった特別な料理を行事食といい、それぞれに意味がこめられています。給食では、しょうがつ 正月やせつぶん 節分、つきみ 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）
りょうり
おせち料理



いちねん けんこう しあわ
一年を健康で幸せに
く暮らせますようにという
ねがいがこめられています。

せつぶん がつ
節分（2月）

いわし



わざわ 災いを追いはらうため
に、まめ 豆をまいたり、とし
かず 数だけ、またはひとつ多く
た 食べたりします。

たんご せつく ひ
端午の節句（こどもの日）

（5月）

かしわもち

ちまき



こ 子どもの健康と成長への
ねがいがこめられています。

おお がつ
大みそか（12月）

とし
年こしそば



うん じゅみょう
運や寿命をのばすと
いう意味や一年の災いを
き 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



いちねん よる もっと なが ひ
一年で夜が最も長い日に
た 食べると、びょうき 病気を防ぐと
いわれています。

つきみ がつ
月見（9月）

だんご

さといも



じゅうご や つき た
十五夜の月に食べものを
そな 供え、しゅうかく 収穫への感謝とほうさく 豊作を
ねがいます。

がつ こんだて
12月の献立より

冬至

12月19日（金）

や 焼きかぼちゃのあま 甘みつけ



とうじ ことし がつ にち きん
冬至（今年は12月22日）とは、1年で一番太陽が出ている
じかん みじか ひ 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
た 食べると、「運」をよ 呼びこむことができるといわれ、「なんきん
（かぼちゃ）」をた 食べるしゅうかん 習慣があります。かぼちゃには、かぜなど
びょうき よぼう の病気を予防するビタミンAやビタミンCがた おお 多くふく 含まれています。

いま しゅん や さい
今が旬の野菜

★きくな★

12月4日（木）きくなとはくさいのごまあえ

きくなは、はる きいろ はな 春に黄色の花をさかせるため、「しゅんぎく 春菊」
とも呼ばれます。10月から3月がしゅん 旬（たくさんとれて、
おいしい時期）の野菜です。



★かぶ★

12月5日（金）かぶのゆず風味

かぶは、かぶ しょうぶつ 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。日本では古くからさいばい
されてきました。大阪では、11月から2月ごろにた おお 多くで
まわ 回ります。

