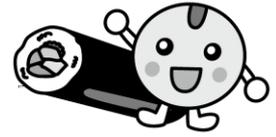


2月食育だより

和木町立学校給食センター
栄養教諭 大本 采佳

1年の幸福を願う「節分」の行事



2月3日 節分



立春の前日に当たる節分には、古くから、豆まきをしたり、ヒラギイワシ(ヤイカガシ)を玄関に飾ったりして、病気や災難を起こす“鬼(邪気)”を追い払い、1年の無事や幸福を願う風習があります。最近では、「恵方巻き」が店頭をにぎわすようになりましたが、もともと全国的な風習ではなく、江戸時代に大阪の商人が商売繁盛祈願のために行っていた風習が始まりとされています。(※諸説あります)

節分にまつわる食べ物

福豆

大豆をいったもの。豆まきに使うほか、自分の年齢の数、または年齢の数+1個食べて、1年の幸福を願います。大豆の代わりに落花生を使う地域もあります。

よくかんで
食べよう!



恵方巻き

太巻きずし。その年の歳神様がいますとされる“恵方”を向き、願い事を思い浮かべながら、無言で丸かじりします。

2026年
の恵方は
「南南東」



2月12日(木) おむすび弁当の日

和木町では、こども園、小学校、中学校の共通の取組として、毎月あるお弁当の日を、学期ごとに1回ずつ「おむすび弁当の日」としています。

この取組には、いくつかの約束があります。

1. おむすび作りには、成長段階に応じて、必ず子どもが関わること。
(こども園児は米とぎ、小学生は具の用意、中学生はおむすびをにぎるなど)
2. 持ってくるのはおむすびと漬物のみ(但し、おむすびの具は何を入れても良い)



この取組を通して、次に挙げていることを学び、感じてほしいと思います

- * おむすび作りに関わるにより「食」に対して興味関心を持つことができるようになる
- * おむすびだけの食事を通して「食」への感謝の気持ちを持つことができるようになる



おむすびを作る時の注意点!...食中毒予防のため

- ※ おむすびを作る時には、必ず手洗いをし、素手でごはんをさわらないようにする
(手袋又はラップ使用が望ましい)
 - ※ 作ったおむすびは、少し冷ましてからラップで包むか入れ物に入れるようにする
(その日の天候によっては、保冷剤を入れておくも良い)
- ご家庭でのご協力をよろしくお願いいたします。

おむすび弁当実施後には、アンケートを行っておりますので、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

