

# もいもい

～食育だより～

2月号 海道小学校 2024

保護者の方と読んでくださいね

毎月19日は  
食育の日!!

生活のリズムは、戻りましたか? 厳しい寒さが続き、朝、布団からなかなか出られない人はいませんか? 空気が乾燥している冬は、感染症に罹りやすくなります、健康な毎日過ごすためにも、正しい食習慣・運動習慣を身につけるようにしましょう。



## 給食週間の献立



22日 トマトみそ汁



23日 伊勢アヒなうし



24日 みやこランチ



1月22日(月)～26日(金)にかけて校内給食週間を実施しました。

多種多様な献立が登場しました。「給食週間の献立が楽しみ♪」という声が、たくさんありました。

26日 丹波おでんなうし



25日 ちゅうかひなうし



<2月9日(金) 初午の日献立>

2月12日(月)は、2024年の初午の日です。栃木県は、しもつかれを初午の日に作り稲荷神社に供えます。しもつかれは、鮭と大豆、根菜、酒粕を煮込んだ栃木県の郷土料理です。2月9日(金)の給食に赤飯・しもつかれがです。



<2月28日(水) 6年生  
ありがとう給食>

2月28日(水)は、6年生へ感謝の気持ちを込めて5年生が企画した「6年生ありがとう給食」を実施します。6年生のリクエストをふまえたお弁当給食を縦割り班で食べます。





せつぶん

# 節分の日

ひ



2024年2月3日(土)は、<sup>せつぶん</sup>節分の日です。<sup>せつぶん</sup>節分とは、<sup>りっしゅん</sup>立春の<sup>ぜんじつ</sup>前日を言います。

<sup>せつぶん</sup>節分といえば、<sup>まめ</sup>豆まきですね。  
「<sup>おに</sup>鬼は外、<sup>ふく</sup>福はうち」と<sup>まめ</sup>豆まきをする<sup>おに</sup>と、<sup>わる</sup>悪い鬼を<sup>おに</sup>追いはらえ、<sup>く</sup>来る年の<sup>ふく</sup>福を<sup>よぶ</sup>よぶそうです。<sup>つか</sup>使う豆は、<sup>らっかせい</sup>落花生や<sup>だいず</sup>大豆などがあります。

この<sup>まめ</sup>豆を、<sup>じぶん</sup>自分の年の<sup>とし</sup>数だけ(もしくは、<sup>とし</sup>年の<sup>かず</sup>数より1個<sup>おおい</sup>多い数)食<sup>た</sup>べると、<sup>ねんかん</sup>1年間、<sup>けんこう</sup>健康に<sup>すご</sup>過ごせると<sup>いわ</sup>れられています。

<sup>きゅうしょく</sup>給食では、2月2日(金)に<sup>せつぶん</sup>節分の日<sup>けんたて</sup>献立を実施しました。



**ことし 今年 の 恵方 は とうほくとう 東北東**

<sup>えほうまき</sup>恵方巻は、<sup>おおさかはっしやう</sup>大阪発祥の<sup>ふうじゆう</sup>風習と<sup>い</sup>言われています。<sup>い</sup>現在では「<sup>せつぶん</sup>節分の夜に、<sup>よる</sup>恵方に向か<sup>む</sup>って<sup>ねが</sup>願い事を<sup>おも</sup>思い浮か<sup>う</sup>べながら丸<sup>まる</sup>かじりし、<sup>ことば</sup>言葉を<sup>はっ</sup>発せ<sup>さい</sup>ずに<sup>さいご</sup>最後まで<sup>いっき</sup>一気に<sup>た</sup>食べ<sup>ねが</sup>きると<sup>い</sup>願<sup>ねが</sup>い<sup>こと</sup>事が<sup>かな</sup>叶う」と<sup>い</sup>わ<sup>れ</sup>ています。




福



## <6年1組作成献立>

2月~3月にかけて、計6回6年1組<sup>きくせいこんだて</sup>作成献立<sup>じっし</sup>を実施します。2月は、

- ① 7日(水) 3班
- ② 13日(火) 1班
- ③ 15日(木) 4班
- ④ 29日(木) 2班



の<sup>こんだて</sup>献立<sup>たの</sup>です。お<sup>たの</sup>楽しみに!

## <2月14日(水)バレンタインの日献立>

2月14日(水)は、バレンタインデーです。<sup>たいせつ</sup>大切な人<sup>おく</sup>に<sup>もの</sup>贈り物<sup>まも</sup>をして、その<sup>きもち</sup>気持ちを<sup>つた</sup>伝える日<sup>と</sup>と<sup>さ</sup>されています。

<sup>きゅうしょく</sup>給食室<sup>あい</sup>から、愛<sup>あ</sup>をこめて  
「<sup>はーと</sup>ハートの<sup>コロ</sup>コロッケ」  
「<sup>ねぎ</sup>ねぎと<sup>たまご</sup>卵<sup>の</sup>のスー<sup>プ</sup>」  
(<sup>はーと</sup>ハート<sup>な</sup>ると<sup>とり</sup>入り)  
「<sup>チョコ</sup>チョコ<sup>カップ</sup>カップ<sup>ケー</sup>ケーキ」<sup>が</sup>で<sup>る</sup>る  
ハート<sup>が</sup>い<sup>っぱい</sup>の<sup>こんだて</sup>献立<sup>で</sup>す。



## <2月22日(木)>

### 創<sup>そう</sup>立<sup>りつ</sup>記<sup>き</sup>念<sup>ねん</sup>日<sup>び</sup>お<sup>いわ</sup>祝<sup>い</sup>ひ<sup>こんだて</sup>献立

2月22日(木)は、<sup>かいどう</sup>海<sup>かい</sup>道<sup>どう</sup>小<sup>せう</sup>学<sup>がく</sup>校<sup>こう</sup>の39<sup>しゅう</sup>周<sup>しゅう</sup>年<sup>ねん</sup>創<sup>そう</sup>立<sup>りつ</sup>記<sup>き</sup>念<sup>ねん</sup>日<sup>び</sup>です。<sup>りやうり</sup>ス<sup>ペ</sup>シ<sup>ャ</sup>ル<sup>な</sup>料<sup>りょう</sup>理<sup>り</sup>が<sup>た</sup>た<sup>く</sup>さん<sup>で</sup>ま<sup>す</sup>。お<sup>たの</sup>楽しみに。



39

