



食育だよ!



令和7年度2月号

清原東小学校

保護者の方と一緒に
よ
読んでくださいね。

暦の上ではまもなく春を迎えますが、まだまだ厳しい寒さが続いています。例年この時期は、感染症や風邪などが流行する時期です。健康な毎日を過ごすためにも、正しい食習慣・運動習慣を身に付けるようにしましょう。



<初午の日と節分について>

初午とは、2月最初の午の日です。今年度は2月1日(日)です。初午の日は五穀豊穣などを願って、この日は全国の稻荷神社でお祭りが行われるそうです。栃木県では、赤飯と一緒に「しもつかれ」をお供えします。

そして栃木県の代表的な郷土料理として食べられるようになりました。栄養豊富で、7軒のしもつかれを食べると病気にならないといわれています。



立春（旧暦の新年）の前日を節分といいます。今年度は2月3日(火)です。節分は、もともと季節のかわり目を意味し、立春、立夏、立秋、立冬のそれぞれの前日をさしていましたが、現在は立春の前日だけが残っています。

季節のかわり目に「邪氣払い」をするために豆まきを行い、新年を幸せに過ごすように願いを込めました。



神棚にお供えした大豆を「鬼は外、福は内」と大きな声で唱えながらまき、また大豆を年の数または年の数より1つ多く食べると1年間災いなく健康で過ごせるそうです。



イワシの臭いは鬼が苦手とされており、焼いたイワシの頭を柊の枝に刺して玄関に飾るとイワシの臭いと柊のトゲで鬼が近寄らないといわれています。



その年の恵方をむいて太巻き寿司を食べる習慣は関西地方が始まりといわれています。

今年度は南南東です。

保護者の方と一緒に
よ
読んでくださいね。



せんこくきゅうしょくしゅうかん
全国給食週間

むかし げんざい きゅうしょく
昔から現在の給食



こんねんど
今年度は、「昔から現在の給食」を実施しました。

はじ
初めてみる「ソフト麺」や、昔から人気の「カレーライス」、「アジフライ」を嬉しそうに食べていました。

ぜひ、家庭でも昔の給食について話してみてください。



がっこうほけんきゅうしょくいいんかい
<学校保健給食委員会の実施>

1月30日(金)は学校保健給食委員会があり、給食を配膳する様子の参観、試食会、講話等を行いました。

いそが なか しゅっせき
お忙しい中、出席していただき、ありがとうございました。



ほうしゃせいぶっしつけんさ
<放射性物質検査について>

1月20日(火)に白菜で放射性物質検査を行いました。結果は、放射性セシウム・放射性ヨウ素とともに下限値未満でした。

<https://www.city.utsunomiya.lg.jp/kurashi/oshirase/list/1034545/shinsai/1012860/1003209.html>