2月 食育だより

宇都宮市立
峰小学校

２月の給食目標　　落ち着いた雰囲気で食べよう

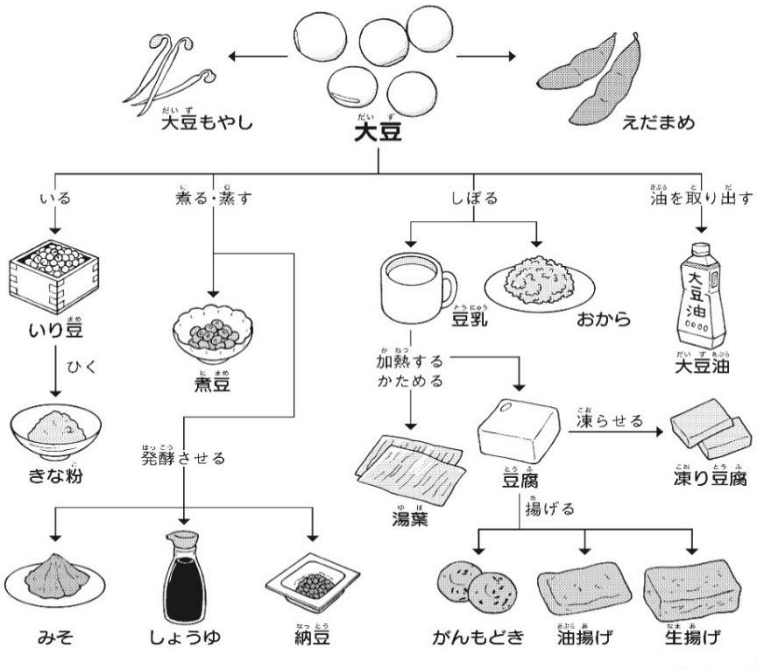
暦の上では春を迎えますが，まだまだ寒さが厳しい日が続きます。かぜをひかないように，栄養バランスのよい食事と，手洗い・うがいを心がけて，元気に過ごしましょう。

☆２月３日は節分・１２日は初午の日☆

２月３日は節分です。節分は季節の変わり目に，病気などの災いを追い払う行事です。節分に豆まきを行うのは，　大豆をまくことによって鬼を追い払う（病気や災いなどを追い出す）という意味があります。豆をまく時には「鬼は外，福は内」といいますが，鬼にゆかりのある神社や地域では「鬼は外」といわないところもあります。

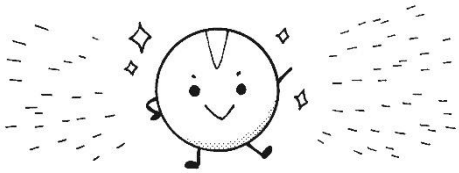
節分には，豆を年の数だけ，または年齢に１つ足した数を食べます。そうすることで生命力を得て，１年間を元気に過ごすことができるとされています。

～いろいろな食品に変身する大豆！



節分の時には，大豆をいった「いり豆」をまきます。大豆は，みそやしょうゆ，豆腐，油揚げ，納豆，きなこなど，いろいろな食品や調味料に変身して，わたしたちの食生活を支えています。

大豆は栄養が豊富で，特にたんぱく質を多く含むことから「畑の肉」と呼ばれています。



２月の給食費について

日ごろから学校給食の運営にご支援を賜り，深く感謝申し上げます。

さて，物価高騰が続く中，９月に引き続き３月も「学校給食支援事業」が実施されます。

全学年一律 2,400 円減額になりますので，下記減額後の徴収金額をご確認ください。

減額後の２月給食費集金額（２・３月分を合算して徴収）

１・２年：8,600 円⇒6,200 円

３・４年：8,800 円⇒6,400 円

５・６年：9,000 円⇒6,600 円