



令和4年度
宇都宮市立豊郷中学校



1月
睦月(むつき)
January

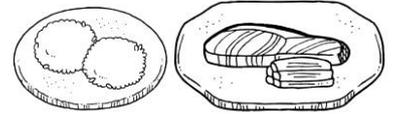
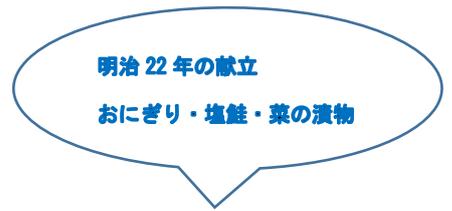
新しい年を迎えました。1月は年の初めで、お正月に始まり、七草がゆ・鏡開きなど1年間を健康に暮らせるようよとの願いを込め行事がたくさん行われます。また、24日から30日は「全国学校給食週間」です。

1月は二十四節気の「大寒」があり、1年で最も寒い時期になりますね。寒くて布団から出るのがつらい季節ですが、『早寝・早起き・朝ごはん』で早く生活リズムを元に戻しましょう。そして、ウイルス感染症予防のために、バランスのよい食事を心がけ免疫力を高めること、十分な手洗いを忘れないこと、そしてマスク着用、一人ひとりが気をつけて、健康な体で冬を乗り切りましょう。

給食も引き続き安心・安全・おいしい給食を提供できるよう、調理員さんとともに努力してまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



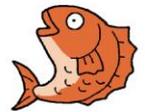
学校給食は、明治22年に山形県鶴岡市の私立忠愛小学校で貧困児童を対象に行われたのがはじまりです。毎日おいしい給食を食べられることに感謝しましょう。



★給食委員会では、調理員さんに日ごろの感謝の気持ちを伝えるために手紙を書いています。給食委員全員の手紙を調理員さんに届ける予定です。毎日おいしい給食を食べられることに感謝して、給食も残さずいただきます。



受け継ごう 日本の食文化



地域や家庭に伝わる行事食を知ってつったり、食べたりしましょう。

おせち料理



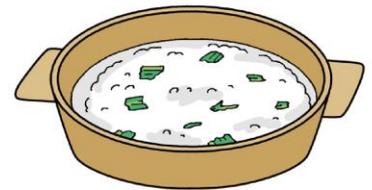
おせち料理は、もともと、節日(季節のかわり目)に神様に供えるものでした。今では、正月のみとなりました。おせち料理には、それぞれ意味があり、健康や長寿などの願いが込められています。

雑煮



雑煮は、もともと年神様に供えたその土地の産物ともちを煮たものでした。東日本はおもに角もち、西日本はおもに丸もちを入れます。すまし汁仕立てやみそ仕立てなど、さまざまです。

七草がゆ



七草がゆは、1月7日の朝に1年の健康を祈って食べます。春の七草とは、せり、なまずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな(かぶ)、すずしろ(だいこん)のことです。

鏡開きは1月11日



1月11日は鏡開きの日です。お供えした鏡もちを下げてお汁粉にして食べます。鏡もち、年神様へお供えした神聖なものなので、刃物で切るのではなく、木づちや手などで小さく割ります。

