

1月* 食育だより



令和6年1月9日
新座市立新堀小学校

新しい年を迎え、気持ちも新たに新学期がスタートしました。今年もよく食べ、よく体を動かし、夜はしっかり休んで、新堀小学校のみなさんが健やかな心と体ですくすく成長してほしいと願います。本年も安全でおいしい給食を作っていきますので、どうぞよろしく願いいたします。

大切にしたい伝統的な行事食・おせち料理

みなさん、お正月に“おせち料理”を食べましたか。

年の初めに食べるおせち料理は雑煮とともにお正月特有の“食”です。おせち料理には、「新年が幸せでよい年となりますように」とさまざまな願いが込められています。

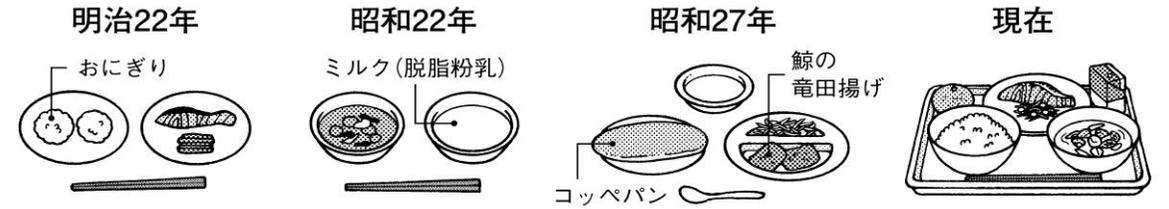
<p>●黒豆 「まめまめしく、よく働けるように」と健康長寿の願いが込められています。</p> <p>●レンコン レンコンにはたくさんの穴があるので「将来の見通しが良くなるように」</p> <p>●クワイ 芽が出ること、また子球がたくさんとれることから子孫繁栄を願って。</p> <p>●たたきゴボウ 土の中に細く長く根を張ることから「土台を固め堅実に暮らせるように」</p> <p>●味付けシイタケ 「鶴は千年、亀は万年」のいわれから亀の形に切って長寿を願います。</p> <p>●菊花カブ カブをおめでたい菊の花に飾り切りし、紅白に染めた長寿を願う縁起物。</p> <p>●クルミ クルミの固い殻は家庭を守るに通じ、家族円満の願いが込められています。</p> <p>●サトイモ 親イモから子イモが次々と増えていくことから子孫繁栄。</p> <p>●紅白なます ニンジンとダイコンの紅白でおめでたいムードを演出。</p> <p>●栗きんとん 「金の塊」を意味し、金運に恵まれるよう祈りを込めた縁起物。</p>	<p>●カズノコ 言わずと知れた子孫繁栄！</p> <p>●海老 腰の曲がった姿、ひげは老人に通じ、長寿の願いが込められています。</p> <p>●タイ 縁起ものの魚といえばタイ。正月のタイは「にらみ鯛」といって箸をつけない風習もあるとか。</p> <p>●ワカサギ 複数の小魚になぞらえ子宝が多く授かるように。</p> <p>●イクラ これも子孫繁栄。</p> <p>●昆布巻き 昆布は「よろこぶ」に通じるとされています。</p> <p>●コハダ栗漬 コハダはシンコ、コハダ、コノシロと名を変える出世魚。立身出世！</p> <p>●田作（ごまめ） 五穀豊穡を願う縁起物。</p> <p>●紅白かまぼこ 縁起がいいとされる紅白をかまぼこで表現。</p> <p>●伊達巻 巻物（書物）に似た形から文化、学問、教養の向上を願って。</p> <p>●錦卵 錦は財宝に通じるとか。</p>
--	--



最近では、おせち料理を食べない家庭が増えてきているそうです。この機会に料理に込められた願いを子供たちに言い伝え、日本の食文化を伝承させたいものです。



1月24日から30日は全国学校給食週間です



©少年写真新聞社2018

学校給食は、明治22（1889）年に山形県鶴岡市で初めて実施されて以来、各地に広がりましたが、戦争のため一時中断されました。戦後、食糧不足により児童の栄養状態が悪化したため給食実施の必要性を指摘され、世界から給食用物資の寄贈もあり、昭和22（1947）年12月24日、学校給食は再開されました。現在は冬休みにあたるため、その一カ月後に「全国学校給食週間」となりました。

世界中の人々からの温かい支援に感謝するとともに、教育の一環として行われる学校給食の意義を考え、その発展を期して、毎年、全国学校給食週間が実施されています。この期間は、自分の食に対して振り返り、見直す期間になります。また新堀小学校では29日の児童集会で調理員を招いて給食集会を実施する予定です。日頃の感謝の気持ちを伝えましょう。

感謝の気持ちを忘れず、食事をとりましょう

わたしたちが食べている食べ物は、もとは命があったものです。その食べ物や、食べ物を育ててくれた人、料理をつくってくれた人などへの感謝の気持ちを込めて食事の前後にあいさつをします。

ご家庭でも、毎回「いただきます」「ごちそうさま」を気持ちをこめていう習慣をつけましょう。

片付けについても、食器をていねいに扱きましょう。



マナー違反に要注意!

自分だけではなく、周りの人も気持ちよく食事できるように、マナーよく食事をしましょう。

