

きゅうしょく

# 給食だより



令和5年度

1月号

神戸市立高津橋小学校

新しい年を迎えました。みなさんはどんな冬休みを過ごしていましたか？

さて、1月24日から1月30日までは、全国学校給食週間です。いつも食べている給食に目を向けて、給食の役割について考えてみましょう。

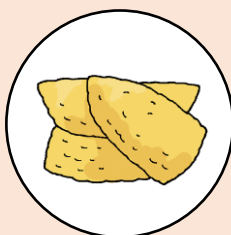


## おせち料理のいわれ

正月に食べるおせち料理には、健康や長寿などの祈りがこめられています。

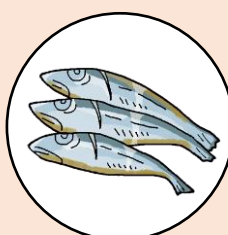
### 数の子

数の子は、にしんの卵です。卵が多いことから、子孫繁栄の願いがこめられています。



### 田づくり

田んぼにこいわしの肥料をまいたことから、田づくりとよばれ、豊作の願いがあります。



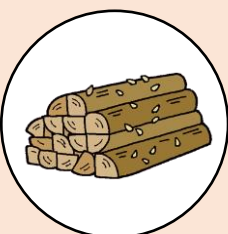
### 黒豆

まめは、まめに働き（勤勉）、まめに生きる（健康）という願いがあります。



### たたきごぼう

ごぼうは、根が地中深くに入ることや豊年や息災の願いがこめられています。



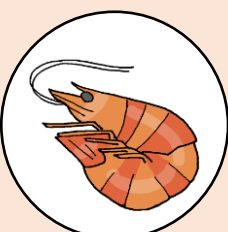
### こぶ巻き

昔は「ひろめ」とよばれ祝儀に用いられ、また、「喜ぶ」の言葉にかけた縁起物です。



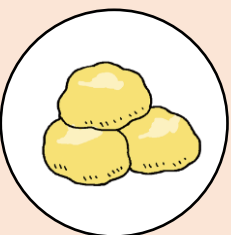
### えび

えびのように、腰が曲がるまで長生きできるようにとの願いがこめられています。



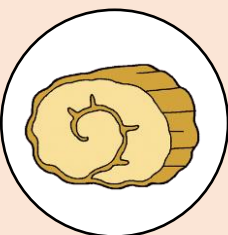
### きんとん

きんとん(金団)には、財宝などの意味があります。金運への願いがこめられています。



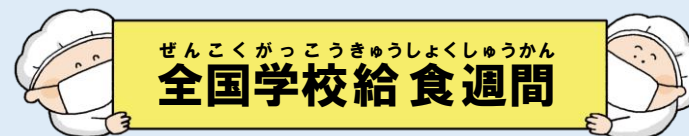
### 伊達巻き

巻物に似た形から文化、学問、教養を持つことを願ったといわれています。



1月24日から30日は

## 全国学校給食週間



全国学校給食週間は、学校給食の意義や役割などについて理解と関心を高め、より一層の充実をはかることを目的として定められました。学校給食は、栄養バランスのよい食事で成長期にある子供たちの健やかな成長を支え、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるために重要な役割を果たしています。

ぜひこの機会に、家族で給食について話してみてください。



## 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しるこにして食べます。鏡もちとは、年神様へお供えした神聖なものであるため、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。

## 1月 こんだて紹介



1月給食の目標

いろいろな地域のこんだてを知ろう

### 18日(木)

ソトアヤム・・・インドネシアの料理で、「ソト」はスープ、「アヤム」はとり肉のことです。カレー粉やコリアンダーなどスパイスをたくさん使ったスープです。

### 24日(水)

けい肉の野菜あんかけ・・・新しく登場する料理です。けい肉を揚げ、野菜たっぷりのケチャップ味のあんをかけています。

### 26日(金)

もち麦めん・・・兵庫県福崎町の特産物、「もち麦」からつくられためんを使っており、もちもちとした食感が特徴です。もち麦には、食物せんいがたくさん含まれています。兵庫県産味つけのり・・・兵庫県ののりの収穫量は、全国トップクラスです。兵庫県産ののりは味や香りがいいのが特徴です。

## 冬に多い ノロウイルス

ノロウイルスによる食中毒は冬に多発し、嘔吐や下痢などの症状があります。感染者によって直接または間接的に汚染された食品や、加熱不十分な食品を食べることで感染します。しっかりと手洗いを行って予防しましょう。

洗い残しが多い部分は、指先やつめの間、指の間、親指、手首などです。普段から意識して洗う習慣を身につけましょう。

