

きゅうしょくだより

※おうちのひとと一緒に読みましょう。

れいわ ねん ねん がつ
令和8年(2026年)1月
ひらかたしりつ まきのしょうがっこう
枚方市立牧野小学校

あけましておめでとうございます

年

ふゆやす お がつき はじ おかし いちがつ い にがつ に せんがつ
冬休みが終わり、いよいよ3学期が始まりました。昔から「一月住める二月逃げる三月
去る」といわれてきたように、年度末に向けて月日が流れるのを早く感じる時期です。
かぜ りゅうこう たいちようかんり いっそうき
風邪やインフルエンザも流行していますので、体調管理にはより一層気をつけて、

いちにち たいせつ す
1日1日を大切に過ごしてほしいと
おもいます。



今年(ことし)はうま年!



うまのように野菜を
たっぷり食べよう!



箸(はし)をうま(うま)く使いこなして
きれいに食べよう!



よく味わってうま(うま)味
を感じよう!

お年玉(としだま)はもち(もち)だった!?



しょうがつ ふだん にほんぶんか かん きかい おお
お正月は、普段より日本文化を感じる機会が多かったのではないのでしょうか。
さて、子どもたちにとって、お正月の楽しみといえばお年玉。新年を祝って、大人
から子どもへおこづかいを渡す風習です。もともとは、お正月の「歳神様(としがみさま)」
にお供えた「もち」を、歳神様からの贈り物として分け与えたことが始まりとされ、「年玉」とは「歳神様
の魂(たましい)」を意味します。



1月11日は鏡開き

※地域によって違いがあります。



かがみ ちい わ しるこ いれ むびようそくぐい ねが た
鏡(かがみ)もちを小さく割ってお汁粉(しるこ)などに入れ、無病息災(むびようそくぐい)を願(ねが)って食べる
行事(ぎょうじ)です。もちを小さくするのに、包丁(はうちょう)など刃物(やいば)を使うのは武士(ぶし)の
「切腹(せつぷく)」を連想(れんそう)させるため縁起(えんぎ)が悪いとされ、木づち(きづち)や手で割ります。
また、「割る」ではなく「開く」という縁起(えんぎ)の良い言葉(ことば)が使(つか)われます。



1月24日~30日は、全国学校給食週間です!

にほん がつこうきゅうしよく めいじ ねん やまがたけつふるおちやう げん つるおかし しりつちゅうあいしょうがっこう はじ
日本の学校給食は、明治22年に山形県鶴岡町(現:鶴岡市)の私立忠愛小学校で始まりました。
その後全国に広まりましたが、戦争の影響などで中断されました。戦後、子どもたちの栄養改善の
ため、昭和21年にアメリカの支援団体LARAから給食用物資の寄贈を受け、昭和22年1月から
学校給食が再開されました。昭和25年度から、学校給食による教育効果を促進する観点から、
1月24日から30日までの1週間は「全国学校給食週間」としました。

今年度枚方市では、「郷土料理を味わおう」というテーマで給食を提供します。

学校給食の移り変わりを見てみよう!

明治22年	戦後(昭和20~30年代)	現在
私立忠愛小学校で 提供されたといわれる 給食	支援物資の脱脂粉乳 や缶詰、小麦粉などを 使った給食	地域でとれる旬の食材を取り入れ、 郷土料理や行事食、世界の料理 など、食育の教材となる給食

エスディー・ジーズだいこんはSDGs大根葉っぱふりかけ

〜給食のこんだてより〜

- 《材料(5人分)》
- だいこん 大根の葉(みじん) ……50g
 - 人参(みじん) ……8g
 - ごぼう(みじん) ……15g
 - 白ねぎ(みじん) ……15g
 - ちりめんじゃこ ……10g
 - すりごま ……適量
 - ごま油 ……適量
 - しょうゆ ……小さじ1
 - みりん ……小さじ1/4

- 《作り方》
- ①大根の葉は、ゆでてよくしぼる。
 - ②フライパンにごま油を熱し、ごぼう、人参を炒める。
 - ③しんなりしたら、白ねぎ、ちりめんじゃこを入れて炒める。
 - ④①の大根の葉、しょうゆ、みりんを入れ、水気がなくなるまで
煎りつける。
 - ⑤すりごまごま油を入れて仕上げる。
- ※給食の量を基準にしていますので、
家庭で調理する時は調整してください。



れいわ ねん とひらかたしりつ まきのしょうがっこう にやうしょうきん
令和7年度枚方市学校給食コンテスト入賞作品です。
「季節の食材を使ったご飯に合うおかず」をテーマに、山田東小学校の児童が考えてくれました。
捨てられがちな大根の葉を使った、エコで栄養満点なレシピです。給食では、バターを使わずに作ります。