

きゅうしゅくだより

れいわ ねん ねん がつ
令和8年(2026年)2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

※おうちの人と一緒に読みましょう。 1年の幸福を願う「節分」の行事

2月3日 節分



立春の前日に当たる節分には、古くから、豆まきをしたり、ヒラギワシ(ヤイカガシ)を玄関に飾ったりして、病気が災難を起こす「鬼(邪気)」を追払い、1年の無事や幸福を願う風習があります。最近では、「恵方巻き」が店頭をにぎわすようになりましたが、もともと全国的な風習ではなく、江戸時代に大阪の商人が商売繁盛祈願のために行っていた風習が始まりとされています。(※諸説あります)

節分にまつわる食べ物



ふく まめ
福豆

大豆をいったもの。豆まきに使うほか、自分の年齢の数、または年齢の数+1個食べて、1年の幸福を願います。大豆の代わりに落花生を使う地域もあります。

よくかんで
食べよう!



え ほう ま
恵方巻き

ふとま とし 太巻きずし。その年の歳神様がいてとされる「恵方」を向き、願い事を思い浮かべながら、無言で丸かじりします。



ねん
2026年の
恵方は
なんなんとう
「南南東」

寒い冬もへっちゃら!? 心も体もあったまる和風シチュー ~給食のこんだてより~

《材料(5人分)》

- ・ぶり(角切り)..... 100 g
- ・料理酒..... 2.5 g
- ・玉ねぎ(うす切り)..... 150 g
- ・人参(いちょう切り)..... 75 g
- ・じゃがいも(角切り)..... 100 g
- ・ブロッコリー(子房)..... 75 g
- ・豆乳..... 175 g
- ・米粉..... 大さじ1
- ・出汁..... 250 g

- ・うすくち醤油..... 小さじ1
- ・みそ..... 大さじ1
- ・塩..... 少々
- ・こしょう..... 少々
- ・油..... 適量

いつか もく どうじょう
5日(木)に登場します!

《作り方》

- ①鍋に油を入れ、玉ねぎをよく炒めて、人参を入れ塩こしょうをする。
- ②ぶりに酒をふり、焼くかゆがいておく。
- ③①に出汁を入れ、沸騰したらあくを取り、じゃがいもを入れる。
- ④水溶き米粉を入れて、よく煮込む。
- ⑤豆乳、みそを入れ、②のぶりとブロッコリーを入れて煮る。
- ⑥うすくち醤油を入れて完成。



れいわ ねん どうひらかたしりつ まきのしょうがっこう
令和7年度枚方市学校給食コンテスト入賞作品です。

さだ 東小学校の児童の入賞作品が給食で登場します。

ふゆ しん しょうさい わ ふう あじつ はん すす かんが
冬が旬の食材のぶりを和風に味付けし、ご飯が進むように考えてくれました。

きゅうしゅく りょう きじゅん
※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。

せん 線であつなこう! 冬に美味しい魚 & 漢字クイズ

ふゆ 冬に美味しい魚が泳いでいます。
よ かんじ 読み方と漢字のカードをつなぎ、最後に魚を釣り上げてみましょう。



タラ	鮪	①
ブリ	鰾	②
ヒラメ	鮫鰐	③
フグ	鱈	④
マグロ	鰺	⑤
アンコウ	河豚	⑥

こたえ



- タラー鱈ー④ ブリー鰺ー② ヒラメー鰾ー⑤
- フグー河豚ー③ マグロー鮪ー① アンコウー鮫鰐ー⑥

てき み まも
敵から身を守るため
に体がふくらむよ

かいてい ひそ
海底に潜んでいるよ