

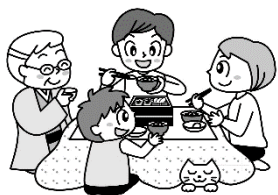
# 中学校 給食・食育だより

令和4(2022)年1月  
第一学校給食共同調理場

あけましておめでとうございます。年末年始はどのように過ごしましたか？寒い日が続きますが、新型コロナウイルスやインフルエンザなどの感染症を防ぐには、きちんと手を洗うこと、食事をしっかり食べること、ストレスや疲れをためないことが重要です。一人ひとりが感染予防を徹底し、給食時間は「黙食」を徹底するなど、感染予防に努めましょう。



## 新年の健康や幸せを願う お正月の行事食



新しい年の始まりとなるお正月は、日本人が昔から大切にしてきた年中行事です。その年の豊作をもたらす「歳神様」(年神様・歳徳神・正月様ともいふ)をお迎えするため、大掃除をして家を清め、門松やしめ飾りを飾り、鏡もちを供えます。そして、1年の健康や幸せを願い、家族が集まっておせち料理やお雑煮といったお正月料理を食べます。お正月料理の内容は地域や家庭によってさまざまですが、縁起の良い食材が使われるのが特徴です。

### おせち料理



歳神様をお迎えしているときは煮炊きを慎むとともに、料理を作る人がお正月の3日間くらいは休めるようにと、冷めてもおいしく保存のきく料理が作られます。

### 鏡もち



昔は、鏡に神様が宿ると考えられていました。その鏡の形に似せて、丸く平らに作ったもちを重ねたのが鏡もちで、歳神様へのお供えにします。「家が代々続く」ように、「橙」というミカン科の果実をもちの上に飾ります。

### お雑煮



もちの入った汁物で、地域や家庭によって具材も味つけもさまざまです。中部地方を境に、東は四角いもち、西は丸いもちを使う所が多く、あんこ入りのもちを入れる所もあります。

### お屠蘇



薬草で作られる「屠蘇散」を酒やみりんに浸して作る薬酒。家族の健康を願い、年齢の若い人から順に飲みます。

## 日本各地の料理を食べよう 《北海道地方》

～1月の給食より～

### ★14日(金) 鮭のちゃんちゃん焼き

秋から冬にかけてとれる鮭と旬の野菜を蒸し焼きにして、みそで味付けした料理です。名前の由来は諸説あり、「ちゃっちゃん」と作れるから、「お父ちゃんが作るから」など、さまざまな由来が伝えられています。



### ★26日(水) どさんこ汁

「どさんこ(道産子)」は、本来北海道の小型の馬や北海道で生まれた人を指しますが、広い意味で北海道にあるものや、北海道で作られるものを指すこともあります。どさんこ汁は、北海道の名産がたくさん入っている、具だくさんのみそ汁です。

### ★31日(木) 豚丼

明治時代末頃から十勝地方では養豚業が始まり、豚肉が食べ親しまれてきました。養豚業がさかんであった十勝地方の帯広市が「豚丼」発祥の地と言われています。豚肉は身近で手に入りやすいことから、今では全国に広まりました。



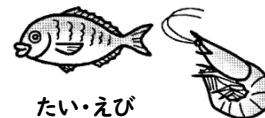
おせち料理についての動画です。学校のタブレットで見てください！

## おせち料理にこめられた願い



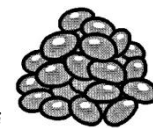
### 田作り・たたきごぼう

いわしは昔は田の肥料にも使われました。ごぼうは伝説の黒い瑞鳥(つる)に見立て、どちらも豊作を願って食べられます。



### たい・えび

たいは「めでたい」、えびは「腰が曲がるまで長生きできますように」と願って食べられます。



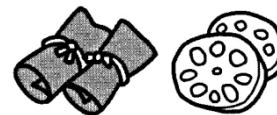
### 黒豆

黒色には魔よけの力があるとされています。また「まめで健康に過ごせますように」と願って食べられます。



### だて巻き・きんとん

巻物に似ただて巻きは、知識が増えて勉強ができるように、きんとんは金に見立てて、お金持ちになれますようにと願って食べられます。



### 昆布巻き・れんこん

昆布巻きは「よろこぶ」、れんこんは「見通しがきく」ということから縁起のよいものとして食べられます。



### 数の子・さいも・八つ頭

どれも卵やいもの数が多いことから、子孫繁栄を願って食べられます。