

おうちの人といっしょによもう！

きゅうしょくだより

令和6年2月号

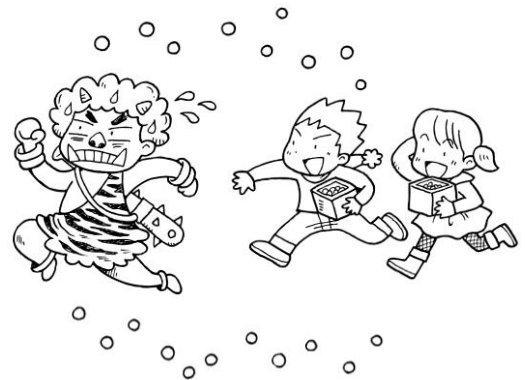
郡山市立日和田小学校



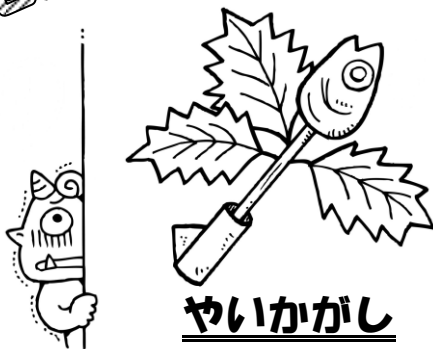
2月3日は節分です。節分は立春の前日で、冬が終わって春に移るという季節の変わり目を意味します。また節分には、炒り大豆（地域のよっては、らっかせい）をまいたり、食べたりする習慣があります。

節分にはどうして豆まきをするの？

豆まきは、「^{ついな}追儺」という中国から伝わった風習です。「鬼やらい」や「厄払い」ともよばれました。わざわいをもたらすと信じられていた邪気をこわい鬼に見立て、それを家の中に入れないように、鬼が苦手とする豆をまいて、1年の幸せと健康を祈ります。

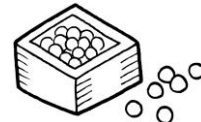


鬼が苦手なもの！



やいかかし

「いわしの頭」と、「ひいらぎの葉」から作ります。玄関に飾ると、厄払いをしてくれるという風習があります。



はやめの節分こんだてが出ます

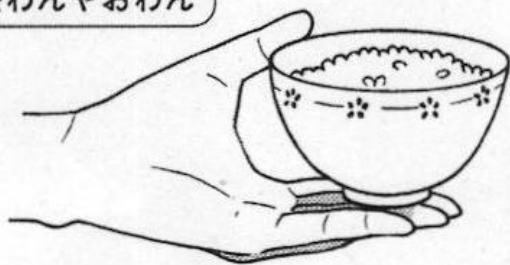
2月2日（金）は、節分にちなんだ給食です。「やいかかし」にちなんだいわしの梅煮、年の数だけ食べるとよいといわれている「大豆（黒糖味）」が出ます。しっかり食べて、寒さを乗り切り、かぜに負けない体をつくりましょう！

チェック

茶わんやはしを正しく持っていますか？

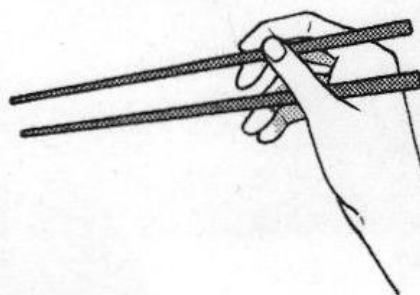
自分の持ち方を見てチェックしてみましょう。

茶わんやおわん



- ・ 親指を茶わんやおわんのへりにかけて、残りの4本の指で底を支えて持っている。
- ・ 4本の指はきちんとそろっている。

はし



- ・ 上のはしをえんぴつの持ち方と同じように持っている。
- ・ 下のはしは親指と薬指で固定して持っている。
- ・ 上のはしだけが動き、下のはしは動かないで使うことができる。

給食室を紹介します

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

今回は、午後の作業を紹介します。午後は洗浄や片付けが中心になりますが、実は午前中と同じくらい、給食室は大忙しです。



残った給食をおかずごとにまとめて、残食量をはかります。残りが少ない日は、うれしい気持ちになります。

給食室には大きな食器洗浄機があります。



箸の向きは、そろえて返してね！



箸は、クラスごとに丁寧に洗います。数を数え、箸の向きをそろえてカゴにセットします。

つくってみよう！ 給食メニュー♪

☆1月31日(水)
の給食です☆



人気がある野菜のおかずのひとつです。のりの風味とマヨネーズがよく合います！

のりマヨあえ

●材料（中学年5人分）

小松菜、もやしなど好みの野菜・・・200～250g
のり（やきのり、刻みのりなど）・・・全形1枚程度
マヨネーズ・・・・大さじ3弱（32g）
しょうゆ・・・・小さじ1弱（5g）
酢・・・・小さじ1/2（2.5g）

- ① 野菜はゆでて冷ましておきます。
- ② マヨネーズ、しょうゆ、酢を合わせておきます。
- ③ 焼きのりは手で細かくします。
- ④ ①の野菜と②のドレッシング、③ののりを和えて出来上がりです。