

1月食育だより

2026年



あけましておめでとうございます

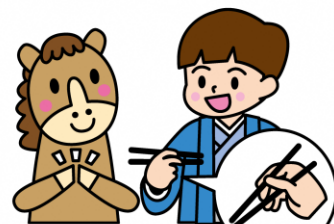
冬休みが終わり、いよいよ3学期が始まりました。これから3月にかけては、月日の流れを早く感じる時期だと昔から言われています。風邪やインフルエンザなども流行しています。体調管理をしっかりと、一日一日を大切に過ごしましょう。



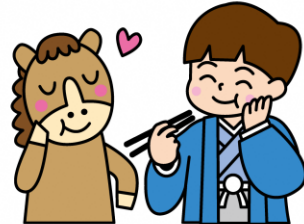
今年(とし)はうま年!



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!?

お正月は、普段よりも日本の文化を感じる機会が多かったのではないですか。お正月には大人から子供へお年玉をわたすという風習があります。もともとは、「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ています。「年玉」とは「歳神様の魂」を意味します。



1月11日は鏡開き



鏡餅(かがもち)を小さく割ってお汁粉(しるこ)などに入れ、無病息災(むびょうそくさい)を願って食べる行事(ぎょうじ)です。刃物(はもの)は切腹(せっぽく)を連想(れんそう)させるため、木づち(きづち)や手(て)を使って小さくします。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。



ごはん塾(じゅく)

松尾台小学校の2年生と3年生を対象に「ごはん塾」を行いました。県の食育事業のひとつで、「米」を通じて生産者等への感謝の心や食の大切さを学びます。

3年生の社会「市(し)の様子(ようす)と人々(ひとびと)のくらしのうつりかわり」で学ぶ「かまど」と「羽釜(はづか)」を実際(じっさい)に使ってご飯(ごはん)を炊(た)きます。人(ひと)ずぶん(ずぶん)の米(こめ)を計量(けいりょう)し、米研ぎ(こめと)、薪割り(まきわ)や火加減(ひかげん)の調整(ていせい)までの工程(こうてい)を一人(ひとり)ひとり(ひとり)が体験(たいけん)しました。

炊きあがったご飯(ごはん)は給食時間(きょくじく)にいただきました。ふたを開けた瞬間(しゅんかん)、ごはんの香り(かおり)が教室(かうしつ)中に広(ひろ)がり、子どもたち(こどもたち)からは歓声(かんせい)が上がりました。



＼この羽釜(はづか)で60人分炊(た)くよ／



薪割(まきわり)にチャレンジ!



おかわり～



給食センター見学(けんがく) ～楊津(ようしん)小学校 1年生・3年生～

12月16日、楊津小学校の1年生と3年生が給食センターへ見学(けんがく)に来てくれました。初めて見る調理室(ちようりしつ)に子どもたちは興味津々(きうみしんしん)。1年生は調理室(ちようりしつ)の様子(ようす)をスケッチブックに描(えが)き、3年生は気づいたこと(きづいたこと)を文章(ぶんしょう)にまとめ、学び(まな)を深(ふか)めていました。お箸(はし)を使った豆(まめ)つかみゲーム(ゲーム)では先生(せんせい)も参加(さんか)し、真剣勝負(しんけんしやうぶ)で戦(たたか)いました。

