

たのしい食育

※このおたよりは、食に関する情報を載せていますので、お子さんと一緒にご覧ください。

令和5年2月
編集・発行
福知山市学校給食会
学校給食センター
(小学校)

2月3日は節分です



節分とは

もともとは季節が変わる立春・立夏・立秋・立冬の前日のことを言います。現在の日本では、特に立春の前日を「節分」と言い、様々な行事を行います。

食べ物とのかかわり

節分には、「また豆を数え年の数だけ食べる」、「ひいらぎの枝にいわしの頭をさして玄関に立てておく」などの風習があります。

福豆



昔から、米や豆などの穀物には、悪いものをはらう力があるとされてきました。豆まきには、炒って升に入れた大豆を使います。これは「福豆」と呼ばれ、豆を食べることで体に福を取りこみ、1年間元気で過ごすことができると言われています。

ひいらぎいわし



焼いたいわしのおいしは、鬼が家に近寄るのをふせぐとされています。また、ひいらぎのとげとげとした葉は、鬼の目をさして鬼を追いはらうといわれます。

2月3日(金) 献立

ごはん

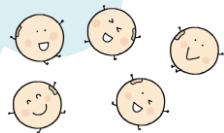
いわしのカリカリ揚げ

大豆サラダ

水菜のはりはり汁

2月3日(金)の給食は、節分にちなんで、いわしと大豆を使った献立にしています。

いわしと大豆には、体を作るもとになる「たんぱく質」や、丈夫な骨を作る「カルシウム」が含まれています。



今年度は、京都府中丹西農業改良普及センターと、給食用野菜を栽培している半田営農株式会社のご指導のもと、修斉小学校と惇明小学校の5年生が「えびいも」について学びました。児童は実際に作業を体験したり、zoom配信で畑の様子を見たりして、栽培の工夫を学ぶことができました。

「えびいも」とは・・・

京の伝統野菜に認定されている、里芋の一種です。形がエビのように曲がっているのが特徴で、株元に丹念に土を入れる作業を行うことで曲がった形になります。



児童が収穫したえびいもは、12月と1月の給食で提供しました。給食センターでは、これからも地産地消の一環として、福知山市産の野菜を積極的に使用していきます。

京都府中丹西農業改良普及センターについて

農業改良助長法という法律によって設置された府の機関です。地域農業の振興を図るため、農業者や関係機関・団体などと連携をとりながら活動されています。

協力：京都府中丹西農業改良普及センター