

# 2月 給食だより

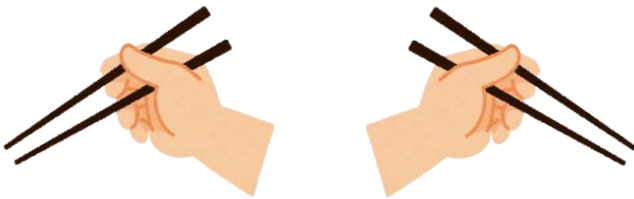


栃木市マスコット  
キャラクター  
「とち介」  
栃木市立西方小学校  
給食共同調理場

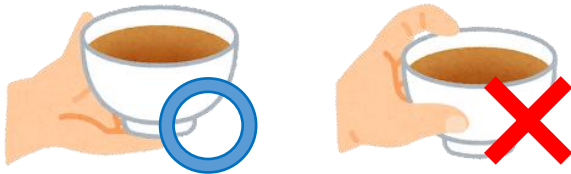


2月は暦の上では「春」ですが、まだまだ寒く体調を崩しやすい時期です。2月は節分や初午があり、給食にも、「炒り豆」や「しもつかれ」など、行事に関連した献立を提供します。節分には「鬼は外、福は内」と大きな声を出して豆まきをして、病気や災いを追い払い、福を呼び込む風習があります。また、節分によく使われる大豆は、「畑の肉」と呼ばれるくらい、たんぱく質が豊富で栄養たっぷりの食材です。給食を通して、いろいろな食材に触れ、昔からの風習、伝統を感じてもらえればと思います。

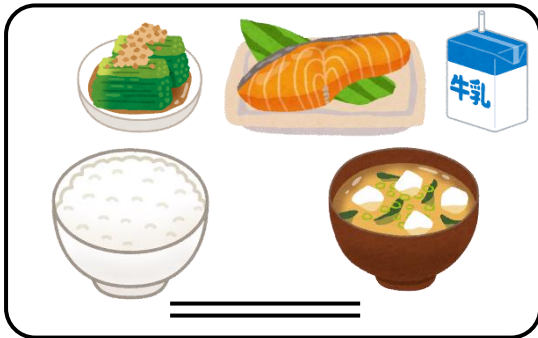
## 食事のマナーを再確認しましょう！！



上のはしは、えんぴつを持つように。  
下のはしは、親指のつけ根と薬指の  
第一関節あたりで軽く持ちます。



親指以外の4本の指をそろえて伸ばし、  
指の腹をごはん茶わんの底へのせます。  
親指は、ごはん茶わんのふちにそえます。



汁物は右側、主食は左側に置く。  
日本では、昔から左側が上位と考え  
られているため、大切な食糧である米  
を、左に置くようになったといわれて  
います。

### せつぶん 節分とは？



節分は、2月3日に行われる、豆をまいて邪気(悪いもの)をはらう行事です。

もともとは中国から伝わった「鬼追い」という風習に、日本の考え方が合わさったものだといわれています。

豆をまく理由は、栄養豊富で霊力が宿ると考えられていた豆をまくことで、病や災いをはらうことができ、豆を食べることで、その力を取り入れることができると考えられていたからだそうです。

### はつつま 初午とは？



初午とは、2月最初の午の日のことで、稲荷神社本社の「伏見稲荷大社」に神様が降りた日と言われています。稲荷神社では、神の使いであるきつねの好物(おいなりさん)をお供えして、豊作をお願いします。

栃木県では「しもつかれ」が有名です。昔の伝統をこれからも受け継いでいけるとよいですね。今年の初午は、2月12日です。給食では、ひと足早く、5日にしもつかれを提供します。苦手な人もこの日はチャレンジしてみましよう。