

# 1月 ぱくぱく通信

令和6年12月25日  
墨田区立第二寺島小学校  
給食だより No.10  
校長 由良 隆  
栄養士 宮崎 愛弓

令和6年の終わりがもうすぐそこまで迫ってきています。楽しい冬休みを過ごせるように、しっかり食事をとること、生活習慣をくずさないこと、手洗いうがいを徹底することなどを心がけましょう。新年、元気なみなさんに会えることを楽しみにしています。

## 知ってる？おせち料理の意味

お正月は新しい1年の始まりに、幸運や健康、豊作などをもたらす歳神様を家にお迎えするための行事です。その時に食べるおせち料理にはそれぞれ、こめられた意味があります。その中からいくつか紹介します。他にも様々な願いがこもったおせち料理があるので、調べたり食べたりしてみましょう！

### 黒豆

まめまめしく(まじめに)

生活できますように。

また黒色は魔除けの色とされています。



### 昆布巻き

「昆布巻き(こぶまき)」

の「こぶ」と「よろこぶ」

の「こぶ」との語呂合わせ。



### 伊達巻き

巻物のように見える

ことから、学問や教養

が豊かな人になりますように。



### 海老

長いひげと曲がった腰

から長生きができます

ように。また赤色はめでたい色。



### 金団

金色に見えること

から、お金がたまって

豊かな年になりますように。



### 紅白なます

紅白はめでたい色。

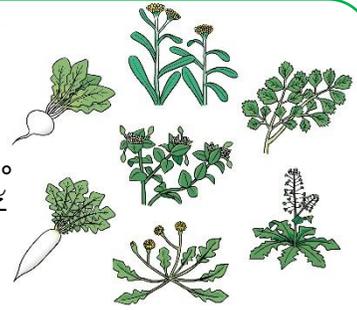
細長く切った形から

人との縁を結びますように。



がつ か じんじつ せっく  
1月7日 人日の節句

この日には春の七草をおかゆにして食べる風習があります。  
春に芽生えた七草を食べることでお正月につかれた胃の調子を  
整え、1年間元気に過ごすためのパワーをもらえると考  
えられています。春の七草は「せり・なずな・ごぎょう・はこべら・  
ほとけのざ・すずな(かぶ)・すずしろ(だいこん)」の7つです。給食では11日に七草  
すいとんを出しますよ。



がつ にち かがみびら  
1月11日 鏡開き

年末からかざっていた鏡もちを割り、お汁粉や雑煮、あられなどにして  
食べる風習です。神様や仏様に供えた鏡もちを食べることで、パワーを  
分けてもらう行事です。給食では12日にお汁粉を出します。

せんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん  
★全国学校給食週間★

1月24日～30日は  
全国学校給食週間



給食の始まりは明治22年。山形県の小学校で賢い子どもたちの  
ために昼食を出したのが最初だといわれています。それから約130年。  
昔は栄養補給するためのものだった給食ですが、今はそれ以外にも  
いろいろなことを勉強するための時間になりました。栄養や食べ物について、日本や外国の  
食文化について、そして人と一緒にごはんを食べる時に大切なマナーや、食べられることへ  
の感謝の心について…これからも楽しくおいしく勉強していきましょう。

オリジナルメニュー めしあがれ♪

6年生が家庭科の授業で栄養や食材、献立作成について学び、その総集編として給食の  
献立を考えました。その中から各クラスから2つずつ選ばれた献立が、1月～2月にかけて  
実際の給食として出ます。どうぞお楽しみに！

20日(月)

むぎ 韓国風のりにつくだ煮  
からだの中から温まるおでん  
ポテト入りサラダ 牛乳

21日(火)

だいこん 大根のたきこみごはん  
さかな 魚のゆずみそ焼き  
いかにんじん こぶゆ 牛乳