



# 2月 給食だより



中名田小学校

2月3日は「節分」です。「節分」に豆をまくのは、鬼に見たてた災いや邪気をはらうためだと言われています。まだまだ寒い日が続きますが、たんぱく質や食物繊維などたくさんの栄養を含む大豆を食べて、病気に負けない体をつくりましょう。

## 各地で違う 節分

2月3日は「節分」です。豆まきをして災いを追いはらう行事が全国で行われますが、各地で違いがあります。

### かけ声



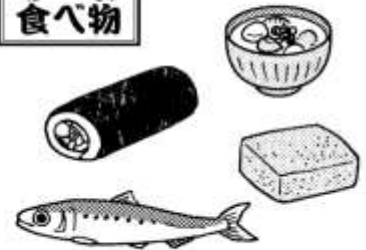
多くは「鬼は外、福は内」と唱えますが、名前に「鬼」がつく神社や鬼と縁のある地域では「鬼は内、福も内」と唱えたり、「鬼は外」の部分

### まく豆



いり大豆をまく地域が多いですが、北海道、東北、信越、九州南部などや家庭によって、殻つきの落花生をまきます。後で拾いやすく、清潔なことが理由といわれています。

### 食べ物



まいた豆を歳の数だけ食べるほか、各地にいわしを焼いて食べる、けんちん汁や太巻きを食べる、腸内環境をよくするこんにやくを食べるなどの風習が残っています。

©少年写真新聞社2026

## 2月の給食注目メニュー



### 【 プラスワン給食 カレイの塩焼き 】

小浜のカレイの塩焼きは有名ですが、その中でも「ヤナギムシガレイ」という品種のカレイの一夜干しは、毎年皇室に献上されています。今回は、県の補助事業により、赤ガレイの塩焼きが全校の給食に登場します。小浜市の伝統の味を味わいましょう。

### 【 治部煮 石川県の郷土料理 】

治部煮は福井県のおとなりの石川県の郷土料理です。小麦粉をまぶした鴨肉や鶏肉を煮込むのでとろみがあるのが特徴です。名前の由来は「じぶじぶ」と煮える音がすること、人の名前など様々な説があります。

