

12月

給食だより



令和4年12月

長松小学校 給食室

冬至って何？

冬至とは、1年の中でもっとも昼が短く、夜が長い日です。次第に短くなっていった日が、冬至をすぎると長くなることから、「太陽がよみがえる日」と考えられていました。冬至にかぼちゃを食べたりゆず湯に入ったりする風習があります。冬至にかぼちゃを食べると脳の血管の病気やかぜを予防するといわれています。



今年の冬至は、12月22日（木）です。給食では、「冬至こんだて」とし、「かぼちゃのシチュー」でした。

ふゆやす ちゅう はやね はやあ あさ
冬休み中も「早寝・早起き・朝ごはん！」

冬休みの間には、つい、夜ふかしをしてしまい、生活リズムが乱れがちになります。

不規則な生活で体調をくずさないためにも、朝起きたら、朝の光を浴びる、朝ごはんをはじめ、三食規則正しく食べる、日中は元気に体を動かす、夜は早めに寝て十分な睡眠をとるようにしましょう。



保護者の皆様へ



長松小学校では、令和5年度2学期より、西部給食センター（仮称）からの給食提供となる予定です。そこで、食物アレルギー等を有する児童の保護者様を対象に「西部給食センター給食開始に係るアレルギー対応等の説明会」を12月13日に本校にて行いました。説明会の中で、保護者様から出された質問と、それらについての回答（現在わかっていること）の一部をお知らせいたします。

Q1: 令和5年度の給食費の金額はどうなるのでしょうか？

A1: 令和5年度1学期まではこれまで通り月額 4,400 円で自校方式の給食が実施され、2学期以降については、西部給食センター（仮称）で決められた月額に変わる予定です。

Q2: 令和5年度2学期以降、長松小学校（自校給食方式）で行われている家庭から持参する弁当対応の必要はなくなるのでしょうか？

A2: 西部給食センター（仮称）には、食物アレルギー専用の調理室が設けられる予定です。そのため、アレルギー対応5品目（卵・乳・落花生・えび・かに）については、代替食の提供がおこなわれるため、家庭から持参する弁当の必要はなくなる予定です。

Q3: 乳糖不耐症等による飲用牛乳停止についても医療機関の証明が必ず必要となるのでしょうか？

A3: これまでも医療機関の受診は毎年お願いしていましたが、令和5年度からは、西部給食センター（仮称）の給食提供開始に伴い、乳糖不耐症等による飲用牛乳停止の対応が市で統一されます。そのため、乳糖不耐症等による飲用牛乳の停止には医療機関の証明のある依頼書の提出が、必ず必要となります。



12月



1月

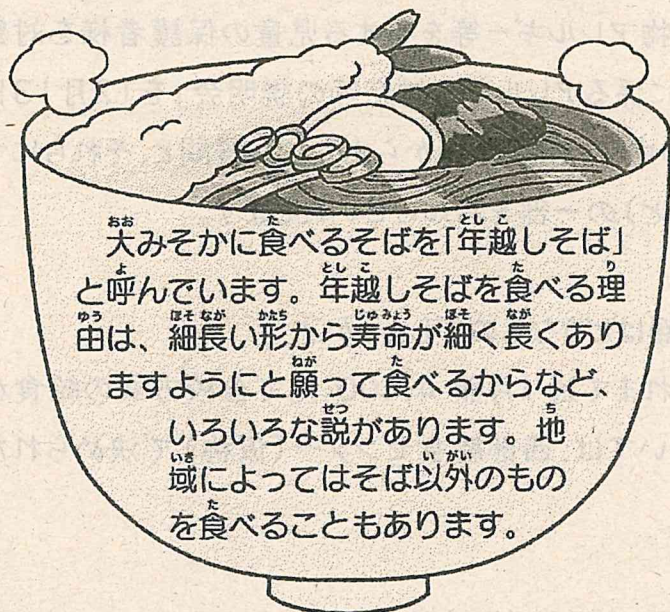
受け継ごう

日本の食文化



地域や家庭に伝わる行事食を知ってつくり、食べたりしましょう。

大みそかはそばで年越し



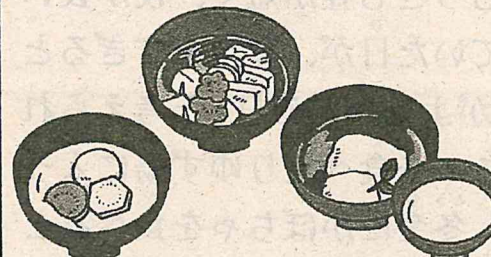
大みそかに食べるそばを「年越しそば」と呼んでいます。年越しそばを食べる理由は、細長い形から寿命が細く長くありますようにと願って食べるからなど、いろいろな説があります。地域によってはそば以外のものを食べることもあります。

おせち料理



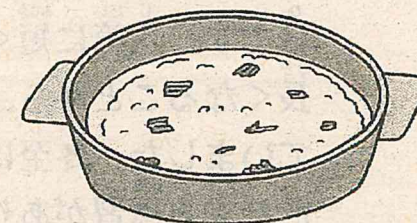
おせち料理は、もともと、節日（季節のかわり目）に神様に供えるものでした。今では、正月のみとなりました。おせち料理には、それぞれ意味があり、健康や長寿などの願いが込められています。

雑煮



雑煮は、もともと年神様に供えたその土地の産物ともちを煮たものでした。東日本はおもに角もち、西日本はおもに丸もちを入れます。すまし汁仕立てやみそ仕立てなど、さまざまです。

七草がゆ



七草がゆは、1月7日の朝に1年の健康を祈って食べます。春の七草とは、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）のことです。

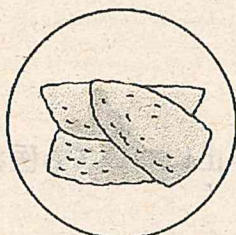


おせち料理のいわれ

正月に食べるおせち料理には、健康や長寿などの祈りが込められています。

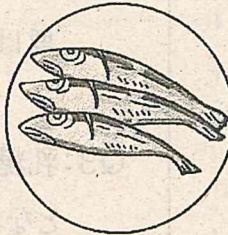
数の子

数の子は、にしんの卵です。卵が多いことから、子孫繁栄の願いが込められています。



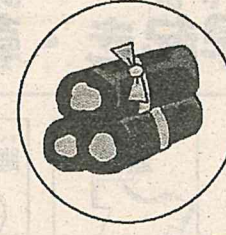
田づくり

田んぼにこいわしの肥料をまいたことから、田づくりと呼ばれ、豊作の願いがあります。



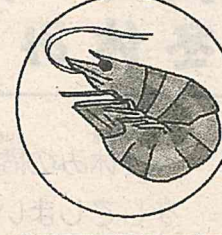
こぶ巻き

昔は「ひろめ」と呼ばれ祝儀に用いられ、また、「喜ぶ」の言葉にかけた縁起物です。



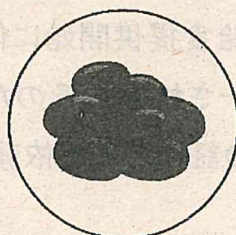
えび

えびのように、腰が曲がるまで長生きできるようにとの願いが込められています。



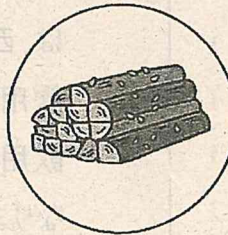
黒豆

まめは、まめに働き（勤勉）、まめに生きる（健康）という願いがあります。



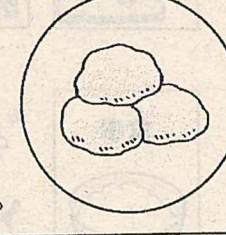
たたきごぼう

ごぼうは、根が地中深くに入ることや豊年や息災の願いが込められています。



きんとん

きんとん（金団）には、財宝などの意味があります。金運への願いが込められています。



伊達巻き

巻物に似た形から文化、学問、教養を持つことを願ったといわれています。

