

# 給食だより

あけましておめでとうございます。2022年、新しい年が始まりました。給食室では、北浦和小学校のみなさんの健やかな成長を願い、今年も安全で、愛情を込めたおいしい給食作りに取り組んでまいりますので、よろしくお願いいたします。



## 今月は全国学校給食週間があります

全国学校給食週間は、学校給食の意義や役割についての理解と関心を高め、学校給食の充実と発展を図ることを目的として定められました。本校では1月24日から28日までを学校給食週間とし、給食への理解と関心を高める取組を行うとともに、友好都市の料理や埼玉県の郷土料理、昔の給食で出された料理などを提供します。これらの取組を通して、学校給食の歴史を振り返り、「食」や「食べること」について、御家庭や学校で考えたり、話し合ったりする機会となれば幸いです。

### 明治22年の献立



おにぎり、塩さけ、  
菜の漬物

## 1月の行事と行事食

1月は「睦月」といいます。親戚や友人がお互いに行き交って「仲睦まじくする」ということから名づけられました。新年の始まりを祝う様々な行事が行われ、日本の行事食を身近に感じることができます。

**正月** 旧暦で1月のことを「正月」といいました。正月料理を食べ、1年の始まりを祝うとともに、家族の健康や幸福などを願います。

### <お節料理>

お節料理は、本来節句に食べる料理でしたが、今ではお正月にいただくものをさしています。「福を重ねる」に通じるため重箱につめます。お節料理は縁起のよい食材で作られており、家が栄えることを願って、  
家族でいただきます。



### <雑煮>

雑煮は、年神にお供えした餅を元旦の朝におろして、お節料理などと一緒に煮たのが始まりといわれています。年神に繋がるお供えを食べることで、強い力をつけ、1年を幸せに過ごしたいと願ったそうです。



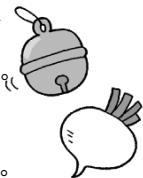
### 七草 (1/7)

7日に七草を入れた粥を食べます。七草はもともと早春の野山に自生する若菜で、新年にこれらを食べると自然界から新しい生命力が得られ、病気にかからず、寿命が伸びるといわれています。また、正月のごちそうで疲れた胃腸を休め、栄養を補う意味もあるようです。



### <春の七草「すずな」>

「すずな」はかぶのこと、形が鈴に似ていることからこのように呼ばれています。



### 鏡開き (1/11)

正月の間、年神にお供えしていた鏡餅は11日に神棚などから下げ、お汁粉やお雑煮にさせていただきます。年神と縁を切らないよう刃物は使わず、木づちや手で開きます。



### 小正月 (1/15)

小正月に小豆粥を食べると、一年間病気や災難から守られるといわれています。また、粥の炊きあがり方によって、その年の農作物の作柄を占う「粥占い」が行われます。

### 二十日正月 (1/20)

正月の祝い納めの日とされ、正月のお祝いの行事がすべて終了する日です。地域によっては、お供えしていたものをすべて下げ、食べ尽くす風習があります。