

# 2月 食育だより

令和6年度  
志布志市立学校給食センター

暦の上では春を迎えましたが、まだまだ厳しい寒さが続いています。体調を崩していませんか？2月も風邪やインフルエンザが流行りやすい時期です。手洗い・うがい・栄養のバランスが良い食事、十分な睡眠、適度な運動を心がけ、風邪などに負けない体をつくりましょう。

## 節分と大豆のおはなし

節分は、「季節の分かれ目」を意味しており、もともとは「立春」「立夏」「立秋」「立冬」の前日をさしていましたが、今では「立春」の前日だけを節分と呼んでいます。冬から春へと季節が移り変わる「立春」は、お正月と同じように1年が始まる重要な日と考えられており、その前日の節分はおおみそかのような位置づけで、特に大切にされてきました。



豆まき

節分といえば、「豆まき」です。豆まきに使うのは、いった大豆です。大豆は、お米と同じように大切な作物であり、特別な力があると考えられてきました。「鬼は外、福は内」と唱えながら家の中や出入り口にまいて、鬼＝邪気をはらい、自分の年の数（または年の数+1粒）の豆を食べ、1年の幸福を祈ります。



ヤイカガシ

ヒラギの枝に、焼いたイワシの頭を刺したもので、ヒラギイワシともいいます。ヒラギの葉のトゲトゲや、イワシのにおいを鬼が嫌うとされ、家の戸口や門に飾って鬼を追い払います。豆がら（大豆をとった後の枝）を添えることもあります。

## ものがたりきゅうしょくだい だん 物語 給食第3弾!! ~「鬼滅の刃」参上!!~



節分の「鬼退治」にちなんで、「鬼滅の刃」をテーマにした給食を実施します。メニューは、『ごはん・煉獄さんのさつまいも味噌汁・禰津子のちくわの磯辺揚げ』です。Aブロック（有明地区）2/6（木）、Bブロック（志布志・松山地区）2/4（火）です。ぜひお楽しみに~♪



## こんげつ 今月の「しぶし茶」メニューは!?

志布志市では「茶育」として、市の特産品であるお茶を使った献立を提供しています。2月の給食にも志布志市茶業振興会からいただいた煎茶を使った給食をお届けします。メニューは、『お茶入りそばろ丼』です。楽しみにしてください(\*^^\*) Aブロック（有明地区）2/4（火）、Bブロック（志布志・松山地区）2/6（木）です。



## バレンタインデーは何かが起こる予感...

今年のバレンタインデーは、みんな大好き『ココあげパン』がついに登場♪♪♪そして、この日はそれぞれAブロック（有明地区）・Bブロック（志布志・松山地区）のスープの中にハート型のにんじんが入っていますので、探してみてください♪入っていたらラッキーなことが起こるかも♡ Aブロック：キムチスープ Bブロック：白菜のスープ



## がんば 頑張れ、受験生!! おうえん 応援メニュー!

受験生応援献立として『必勝が豚汁』をお届けします。必勝が・・・ひっしょうが・・・ひっ生姜!! 豚汁!

Aブロック（有明地区）2/28（金）  
Bブロック（志布志・松山地区）2/26（水）に提供します。  
この豚汁を食べ、受験に必ず勝とう!!



## リクエスト献立を取り入れています!!

卒業生のみなさんがリクエストしてくれた献立が、2月と3月にたくさん入っているよ! ハヤシライスに始まり、フルーツポンチ、肉じゃが、ココあげパン、大学芋、豚汁、ミートスパゲティなどなど、嬉しい・楽しい・大好きなメニューがもりだくさん(\*^▽^\*) みんなの笑顔のために、喜んでもらえるように、心を込めて給食センター全員で一生懸命頑張って作りたと思います。お残しは許しまへんでー!!!!!!!!!!!!!!