

# 1月 給食だより

北空知圏学校給食センター

新しい年を迎え、今年度も、残すところあと3か月となりました。冬休み中に生活リズムが乱れてしまった人はいませんか？寒くて起きるのがつらい時期ですが、体調管理にはより一層気をつけて、早寝・早起きをし、朝ごはんを食べて、規則正しい生活を心がけましょう。

今年はうま年！



うまいように野菜をたっぷり食べよう！



箸をうまく使いこなしてきれいに食べよう！



よく味わってうまい味を感じよう！

## お年玉はもちだった！?

お正月は、普段より日本文化を感じる機会が多くたのではないでしょうか。さて、子どもたちにとって、お正月の楽しみといえばお年玉。新年を祝って、大人から子どもへお小遣いを渡す風習です。もともとは、

お正月の「歳神様（年神様）」にお供えした「もち」を、分け与えたことが始まりとされ、「年玉」とは「歳神様の魂」を意味します。



歳神様からの贈り物として  
分け与えたことが始まりとされ、「年玉」とは「歳神様の魂」を意味します。

## 1月の行事＆記念日 3択クイズ

1/1 元日

**Q1** おせち料理の「だて巻き」には、どんな願いがこめられている？

- ① 知識が身につくように
- ② 恋がうまくいくように
- ③ 長生きできるように



1/7 人日の節句

**Q2** この日に食べる春の七草の中、スズシロとは何のこと？

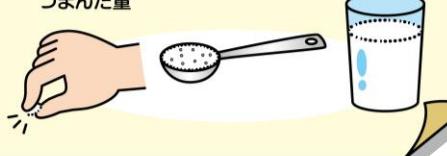
- ① かぶ
- ② だいこん
- ③ れんこん



1/11 塩の日

**Q3** 「塩少々」とは、どのくらい？

- ① 2本の指でつまんだ量
- ② 小さじ1ぱい
- ③ コップ1ぱい



1/15 小正月

**Q4** この日に健康を願って作るおかゆには何を入れる？

- ① たまご
- ② 梅干し
- ③ あずき

1/24~30 全国学校給食週間

**Q6** 日本で最初の学校給食として伝わるのはどのメニュー？

- ① カレーライス
- ② おにぎり、焼き魚、ものつけ物
- ③ コッペパン、トマトシチュー

1/20 二十日正月

**Q5** お供え物を食べ尽くす風習があるこの日は、何といわれている？

- ① 空正月
- ② 骨正月
- ③ 血正月



\* 1月1日（七草）の節句…五節句（昔から伝わる、季節の変わり目に生まれやすい邪気や厄を払い、無病息災を願う五つの神事）のひとつ。