



2月の給食だより



志木市立宗岡小学校令和7年度2月号

今月は立春を迎え、暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続いています。外から帰った時や

食事の前には手を洗い、バランスよい食事をとり、生活のリズムを整えて元気に乗り切りましょう。

2月3日は節分



節分とは「季節を分ける」という意味で、季節が変わる日(立春、立夏、立秋、立冬)の前日をさします。1年に4回ありますが春の始まりとされた「立春」の前日の節分が重要視されるようになり、さまざまな習慣とともに伝えられています。

また、この日には柊の枝にイワシの頭を刺して門や軒下に立て邪気をはらうという習慣もあります。みんなの健康を願い、今年は2月3日に節分メニューを出します。いわしは梅肉揚げにし、煮物に豆を入れました。

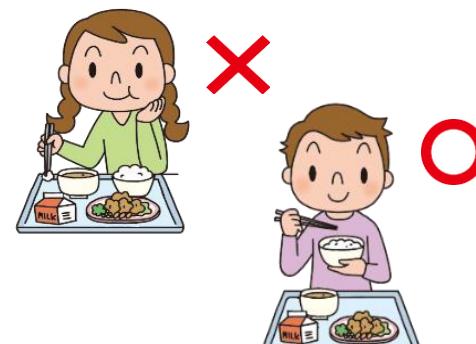


「鬼は外」…豆には靈力があると信じられていて、豆をまくことで病気や災いを追い払い、福を呼び込むと言われています。また、年の数だけ食べると一年健康でいられるともいわれています。

食事のマナー、知っていますか？

楽しく食事をするためには、食事のマナーを守ることが大切です。マナーを守ることで一緒に食事をする人も気持ちよく過ごすことができます。

- ①ひじをつかず、正しい姿勢で食べましょう。
 - ②お椀は手にもって食べましょう。
 - ③食べ物を口の中に入れたまま話さないようにしましょう。
 - ④はしを正しく使いましょう。(はし名人になります)
 - ⑤正しい食器の置き方を知っていますか？正しく置くと食べやすくなります。
- 食事のマナーも守り、楽しくきれいに食べましょう。



6年生が考えた献立が出ます。

6年生が家庭科の授業で考えた献立が出ます。栄養のバランスだけでなく、金額や1年生から6年生の全校児童と先生が食べること等も授業でお伝えしました。クラスの代表2班ずつが考案したものをお出しますので、楽しみにしてください。

～図書室とのコラボ企画～ 本、読み続けていますか？

今月はこまつさんの本より『ハンバーグ』と『スパゲティ』から考えた献立を出します。学校図書員さんより本の紹介をしていただきます。

- ・『こまつさんのハンバーグ』…花屋のこまつさんがお客様の花束を配達するため、渡された地図通りに進んでいくと不思議な動物の町に到着！そこでコックさんたちがハンバーグの材料に使ったものは…♪ミュージカルのようなお料理シーンにもご注目♪♪
- ・『こまつさんのスパゲティ』…スパゲティを作っていた花屋のこまつさん。ふきこぼれたお湯と流れ着いたのは雑誌の中のアフリカ！？アフリカゾウから3種類のスパゲティの作り方を教わっちゃう！読めば料理が好きになるクッキングファンタジー☆

栄養士より



給食室が新しくなり、1ヶ月がすぎました。慣れていないところでの作業はとまどうこと多かったのですが、みんなで考えて工夫して協力して進めてきました。「やっぱり給食はいいな」と思ってもらえたでしょうか？

志木市は全ての学校に給食室があり、各校で考えた給食が出ます。作りたてのあたたかい給食を出し、教科の学習内容と関連した献立を考えていけるよう、そして図書室とのコラボも続けていけるよう調理員と栄養士で力を合わせていきます。