



きゅうしょく

がつごう

給食だより2月号

令和7年2月

大阪府立堺聴覚支援学校

暦の上では春をむかえましたが、まだまだ寒い日が続いています。みなさんは三寒四温という言葉を知っていますか？三寒四温とは、冬に3日間くらい寒い日が続き、その後4日間くらい暖かい日が続くことをいいます。これを繰り返して、だんだん暖かくなり、春がきます。残りの寒い季節も温かいものを食べて、楽しみながら春を待ちましょう。

たのしくしょくじ 楽しく食事をすることができるようになろう

マナーを守って食べることで、いっしょに食べる相手や同じ部屋にいる人も、気持ちよくすごすことができます。マナーの悪い食べ方では、多くの人がいやな気持ちになります。次のようなことはマナー違反なので、しないようにしましょう。



くち た はい はな
口に食べものが入ったまま話す



しょっき おと
食器の音をたてる



しょくじちゅう
食事中にふさわしくない
ことを話す



しょくじちゅう かって た ある
食事中に勝手に立ち歩く



しょくじがい
食事以外のことをする



はやぐ
早食いをする



せつぶん 節分について知ろう



2月2日は節分です。節分は「季節をわける」という意味で、各季節がはじまる節目の前日をいいます。2月の節分は「立春（春のはじまり）」の前日です。本来は夏や秋にも節分はありますが、立春は新しい年のはじめの節目として大切にされ、今では節分といえば2月になりました。

〇節分の行事『豆まき』

豆には霊力が宿るとされ、豆を魔ものの目（魔目）に投げつけると魔を滅する（魔滅）ことができると考え、豆まきをするようになりました。

豆まきがおわったら、大豆を炒った福豆を食べます。自分の年にひとつ加えた数を食べることで1年の健康を願います。



〇節分のたべもの『恵方巻』

福を巻き込んだ巻き寿司1本を、恵方という、その年の縁起のいい方角を向いて食べます。関西発祥の比較的新しい風習で、願いごとをしながら、無言で丸かぶりすることが特徴です。今年の恵方は西南西です。



〇鬼の苦手なもの『柊 いわし』

鬼はいわしのにおいと柊のとげが大の苦手といわれています。鬼が家の中に入らないように、柊に焼いたいわしの頭を刺したものを玄関先に飾る風習もあります。

