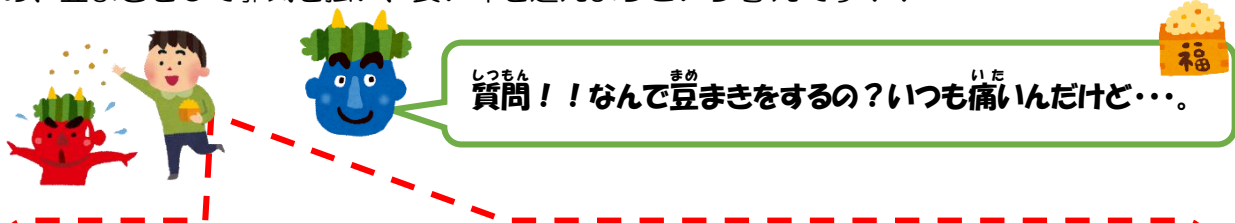


＊ 給食だより ＊

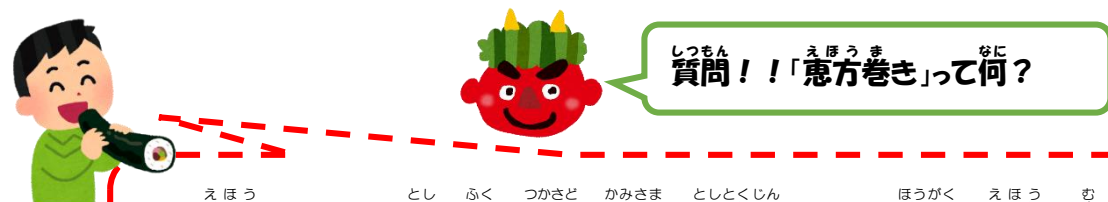
2月3日は節分です！！

「節分」とは、どんな意味のある日か知っていますか？文字通り「季節を分ける日」のことです。

季節を分ける日は、1年間に4回ありますね！《立春・立夏・立秋・立冬》それぞれの日の前日を「節分」と言います。特に《立春》は、旧暦のお正月（1年の始まり）にあたるため、豆まきをして邪気を払い、良い年を迎えようという考えです！！



豆まきは、中国から伝わった風習です。季節の変わり目に邪気（鬼）が生じると考えられており、その邪気を豆で追い払う儀式が定着しています。



今年の恵方は「西南西」

「恵方」は、その年の福を司る神様「歳徳神」のいる方角。恵方を向いて、海苔巻きを1本まるごと食べることで、無病息災や商売繁盛の運を一気にいただくという意味です。途中でやめると、運を逃すと考えられています。



冬の定番のくだものといえば”みかん”！！給食でも2～3月にかけて、いろいろなみかん（柑橘類）が出ます。今回は、2月に出る「いよかん」と「ぼんかん」について紹介します。

いよかん

甘酸っぱい香りが、たまらない魅力たっぷりのフルーツ！伊予国（愛媛県の旧名）にちなんでつけられました。高血圧予防、疲労回復に効果あり！！

ぼんかん

柑橘類の中で、酸味が少なくまろやかな甘みを楽しめます。「ぼん」は、原産国インド西部にある地名「Poona」から、「かん」は柑橘類の「柑」に由来しています。クエン酸効果、ペクチンによる整腸作用に効果あり！！