



食育だより

岩国市立灘小学校
令和4年12月23日

今年も残すところあと少しとなりました。冬休みは、クリスマスやお正月など、楽しい行事がたくさんあります。体調管理に気をつけて、楽しい冬休みを過ごしましょう。

ご家庭で岩国寿司を作ってみませんか？

先週、「おうちでチャレンジ！牛乳パックで作る岩国寿司」のご案内を配布しました。冬休みの間、親子で牛乳パックを使った岩国寿司作りにチャレンジしてみませんか？お正月料理にもぴったりです。QRコードを読み込んで、レシピ動画を視聴しながら作ることができます。作られた方は、写真の提出やアンケートのご協力もお願いします。（詳しくは、12月16日に配布した案内をご覧ください。）



レシピ動画は
こちらから！

※動画の配信は、1月15日（日）までです。

岩国市の郷土料理「岩国寿司」は、別名「殿様寿司」ともいわれ、城下町らしい豪華な具と四角い形が特徴です。この機会にぜひ、郷土料理をご家庭で味わってください。

地産地消の取組

地元でとれた食材を地元で消費することを地産地消といいます。学校給食でも地産地消の取組をしています。12月15日（木）の給食には、山口県の伝統野菜「岩国赤大根」が登場しました。この日の給食時間、岩国赤大根の生産者さんのインタビュー動画を流し、岩国赤大根の特徴などを学びました。

この日の献立

ごはん
すき焼き
岩国赤大根の甘酢和え
牛乳



冬の行事食の紹介



年越しそば



大晦日の夜にそばを食べる風習があります。その由来は、寿命が細く長くありますようにと願って食べる説や、金細工師が散った金粉を集めるのにそば粉を使ったことから、新年の金運を願って食べるという説もあります。

おせち料理

新しい年を迎えるお祝いの料理で、年末に準備をします。おめでたい、縁起がよいとされる材料がふんだんに使われます。いわれを調べながら準備したり、食べたりするのも楽しいですね。



～願いが込められたおせち料理～

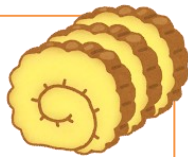
こぶ巻き

こぶ巻きの「こぶ」が「よろこぶ」と同じ音の言葉なので、おめでたいとされています。



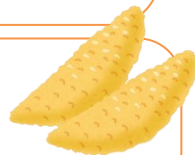
伊達巻き

昔は本のような読み物は巻き物になっていたことから、文化の発展を表しています。



数の子

数の子には、とても多くの卵があるので、数多い子、つまり子孫繁栄の願いが込められています。



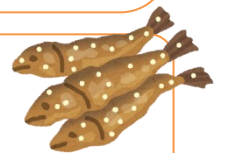
えび

ゆでたり焼いたりすると、えびの背が丸くなることから、健康で長生きしますようにという願いがこめられています。



田作り

1年間の豊作を願っています。



栗きんとん

きんとんは「金団」と書き、金の集まったもの、財宝という意味です。今年も豊かな生活が送れますようにという願いが込められています。



☆クリスマス献立☆

12月20日(火)の給食は、少し早めのクリスマス献立でした。デザートのカークは、「いちご味」と「チョコ味」から事前に好きな方を選ぶ、セレクト給食でした。この日の給食を心待ちにしていた児童も多いのではないのでしょうか。いつもより少し豪華な給食でクリスマス気分を味わいました。

〈この日の献立：チキンライス・鶏肉のからあげ・コンソメスープ・クリスマスケーキ・牛乳〉

