

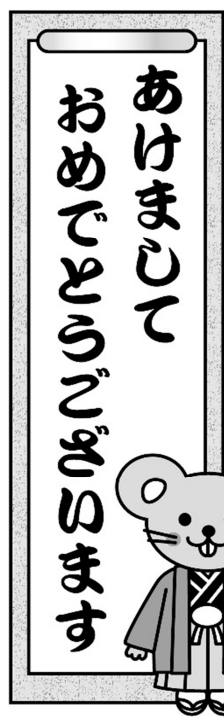


# 1月給食たより



令和2年 1月  
邑楽町立学校給食センター

とし あ あたり いちねん はし がっこう ねん  
年が明け、新しい一年が始まるとともに、学校では1年のまとめとなる  
がっき はし べんきょう うんどう しぶん ちから はっき  
3学期が始まりました。勉強や運動に自分の力をしっかりと発揮してい  
くためには、朝ご飯が重要です。朝の冷え込みが厳しく起きるのがつらい  
きせつ はやねはやお きそくだ せいかつしゅうかん み つ あさ はん かなら  
季節ですが、早寝早起きの規則正しい生活習慣を身に付け、朝ご飯を必  
ず食べてから登校しましょう。



あたま すっきり  
頭がすっきりして、  
からだ あたた げん き べん で  
体が温まり、元気が  
べんきょう しゅうちゅう かつどう  
勉強に集中できる  
に活動できる  
がすっきりする

ほんねん あんしん あんぜん き  
本年も安心・安全に気をつけて、  
おいしい給食作りに努めていきたいと思ひます。  
ひ つつ ねが した  
引き続きよろしくお願ひ致します。



## お正月の食文化

## 今月の給食目標

### 食文化について知ろう

しょうがつ あたり いちねん こうらん けんこう ほうさく  
お正月は、新しい一年の幸運や健康、豊作をもたら  
らしてくれる「歳神様」を各家庭でお迎えする年中  
ぎょうじ しょうがつ た しょうがつ た りょうり しょうじ  
行事です。お正月に食べるおせち料理やお雑煮は、  
としがみさま そな かみさま おな  
もともと歳神様へのお供えであり、神様と同じものを  
とも ちから さす かんが  
共にいただくことで、その力が授かると考えられて  
いました。



もち はい するもの ちいき かてい  
餅の入った汁物で、地域や家庭  
によつて具材も味付けもさまざま  
ちゅうぶ ち ほう さかい ひがし しかく  
です。中部地方を境に東は四角  
いもち、西は丸いもちを使う所が  
おお 多く、あんこ入りのもちを入れる  
ところ  
所もあります。



しんねん ねが こ えんき  
新年への願ひを込めた、縁起の  
よい た もの つか とくちょう  
良い食べ物を使うのが特徴です。  
としがみさま ねが かに  
歳神様をお迎えしているときは煮  
炊きを慎むとともに、料理を作  
る人がお正月3日間くらいは休  
むるようにと、冷めてもおいしく  
ほぞん 保存のきく料理が作られます。



むかし かがみ かみさま やど かんが  
昔は、鏡に神様が宿ると考えられて  
いました。その鏡の形に似せて、丸く平  
らにつくったもちを重ねたものが鏡もち  
で、歳神様へのお供えにします。「家が  
だいたい つつ たいたい  
代々続く」ように 橙 というミカン科の果  
じつ うえ の こんぶ えん  
実をもちの上に載せ、エビや昆布など縁  
起の良いものを飾ります。