

# 12月給食たより

令和3年11月26日  
港区立高陵中学校

## ご存じですか？ 年末年始の行事食



日本には四季折々の行事があり、それにまつわる行事食があります。特に、新しい1年の始まりである正月は、その年の豊作や幸福をもたらす「歳神様」を各家庭に迎える行事として、昔からとても大切にされてきました。行事食は地域や家庭によってもさまざまですが、代表的なものをご紹介します。

### 冬至 (12/22ごろ)



いとこ煮

**かぼちゃ料理・小豆料理**  
かぼちゃや小豆を食べて邪気を払う。ゆず湯に入って身を清める風習もある。

### 大晦日 (12/31)



**年越しそば**  
そばのように細く長く生きられるようにと、長寿を願って食べられる(諸説あり)

### 正月 (1/1~)



**おせち料理**  
新年への願いを込めた、縁起の良い食べ物が使われる。



**お雑煮**  
もちの形をはじめ、味つけや具材など、地域によって大きく異なる。

黒豆…健康	田作り ……豊作
きんとん ……金運	れんこん ……将来の見通し
伊達巻 ……学業成就	りいも ……子宝
エビ…長寿	数の子 ……子宝

### 人日の節句 (1/7)



**七草がゆ**  
7種類の若菜を入れたおかゆを食べ、1年の無病息災を願う。

### 小正月 (1/15)



**小豆がゆ**  
邪気を払うとされる小豆入りのおかゆを食べ、無病息災を願う。「かゆ占い」を行う所もある。



あら炊き

### 二十日正月 (1/20)

歳神様がお帰りになる日。残ったもちや正月料理を食べ尽くして正月を締めくくります。魚の骨やあらを使った料理を食べる所もあり、「骨正月」ともいう。

## 給食の様子

11月4日(木)  
【★創立70周年お祝い献立】  
★バーベキューチキンバーガー



バーガーの袋に、高ちゃん・陵ちゃんのキャラクターシールを貼りました。シールには、34種類の名言が書いてあります。クラス全員違う言葉です。丁寧にシールをはがして持ち帰る生徒や、教室で掲示するクラスもありました。

11月5日(金)  
【★創立70周年お祝い献立】  
★桜型のお祝いクッキー



高ちゃん・陵ちゃんの耳元の校庭の桜をモチーフにした桜の飾りにちなんで、桜型のクッキーを出しました。クッキーの周りには、甘酸っぱいストロベリーパウダーをまぶしました。

## 11月22日(月) 2年生 家庭科で、給食作りについて学習しました！

OO家庭科の授業の一部で、栄養士の食育授業を実施しました。11月9日(火)のロシア料理の給食作りの映像を見ながら、家庭科で学んだ食中毒防止の三原則が実際に給食作りにおいてどのように実施されているか、何人の調理師で何食分を調理しているのか、手作りのピロシキはどのように作られていたのか、などを学びました。また、給食で使われている和食の出汁用のかつおの中厚削りや、野菜を炒めたりスープをかき混ぜたりするのに使うスパテラを実際に触って、固さや重さなどを確かめました。授業のワークシートには、調理師さんへのメッセージや質問が書かれていました。一部を紹介します。

- ・衛生管理を徹底して、とても感動した。
- ・調理師さん何人かが少しずつ作っているのかと思ったら、1人が全員分を作っているのもあってびっくりしました。
- ・調理師のみなさん、いつもおいしい給食を作ってくれてありがとうございます。毎日4時間目の終わりを楽しみにしています。授業で疲れた後の給食に元気をもらっています。

