2021 令和３年１月

津田南小学校

あけましておめでとうございます。今年も、安全で安心な給食を、毎日元気に届けられるように努めてまいります。給食室一同、どうぞよろしくお願いいたします。

年末年始は、大人も子供も夜ふかしや朝寝坊をしてしまいがちですが、みなさんいかがでしたか。寒くて布団から出るのがつらい季節ですが、『早寝・早起き・朝ごはん』で、早く生活リズムを元に戻しましょう。そしてウイルス感染症予防のための手洗い、マスク着用をしっかり行っていきましょう。

１月の献立にお正月メニューが登場します

１月８日（金） 雑煮・きんとん	１月１２日（火） 田作り

「鏡もち」と「鏡開き」

「鏡開き」とは、お正月に神様におそなえしていた「鏡もち」を下げ、それをいただく行事です。１月11日に行われるところが多いですが、ちいきによっては、ちがう日に行われています。

「鏡もち」を、木づちなどでこまかくして、「しるこ」や「ぜんざい」、「ぞうに」などにして、いただきます。

1年間、元気にすごせますように

神様におそなえした「鏡もち」をいただくことで、『１年間、病気をしないで元気にすごせますように』との願いが、こめられています。

お雑煮（そうに）豆知識

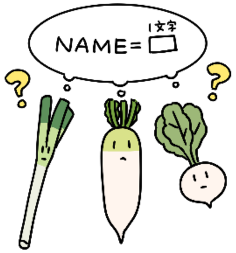
お雑煮の歴史は古く、平安時代からすでに食べられていたといわれます。当時、おもちは稲作をする日本人にとって、「ハレの日」に食べるおめでたい食べ物でした。おもちにさといも、にんじん、大根などを、その年の最初に井戸や川から汲んだ若水（わかみず）と、新年初めての火で時間をかけて煮込み、元日に食べたのが始まりだといわれています。さまざまな具材を煮合わせて、煮雑ぜ（にまぜ）たことが語源となり、「お雑煮」と呼ばれるようになりました。

そんなお雑煮ですが、家庭や地域によって味つけや使う食材などがさまざまです。もちでは「角もち」や「丸もち」の違い、汁では「しょうゆ」や「みそ」、具やだし汁でもさまざまです。あんこが入ったもちの雑煮や、もちを入れない雑煮、そもそも雑煮を食べない地域もあります。日本各地で多種多様な特色があり、調べてみるのも面白いですよ。

Q 食べ物クイズ

昔は１文字だけの名前でよばれていたと考えられている、冬においしい野菜はな～んだ。

1. ねぎ
2. 大根
3. かぶ



A 答え：１番

ねぎの昔の名前（古名）は「き」でした。ねぎを別名で「人文字（ひともじ）」ともいうのは、昔はこの１文字だけの名前だったからとも、また枝分かれした形が「人」の字に似ているからともいわれます。ねぎはどんな料理にも使うことのできる野菜の１つで、香り成分の硫化アリルは血行をよくし、体を温めます。またビタミン B_1 のはたらきも高めてくれます。