



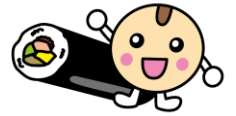
令和8年1月30日
調布市立第二小学校
校長 関村 明子
栄養教諭 雛形 理恵



2月は1年の中で最も寒さが厳しい季節です。外から家に帰った後、食事の前には必ず石けんで手を洗いましょう。朝昼夕の3度の食事をしっかりととり、よく体を動かし、十分な睡眠を心がけて体の抵抗力を高め、健康に過ごしましょう。



1年の幸福を願う「節分」の行事



2月といえば、豆をまいて鬼を追い払う節分の行事があります。節分は季節を分ける日という意味で、春・立夏・立秋・立冬の前日のことを指します。年に4回ありますが、昔の人は立春を1年の始まりと考えていたため、その前日の節分が特別な行事として現代に伝わっています。

3日の給食では「豆まきご飯、いわしのおろしかけ、白菜サラダ、鬼かま汁」をいただきます。

食物アレルギーについての理解を深めよう!

食物アレルギーは、食べ物に対して体が自分に害を及ぼすものと認識して、様々な症状が出てしまうことです。

周りも注意することで食物アレルギーの事故を防ぐことができます。学校給食では、特に右に示す3つのポイントを意識してみましょう。

食物アレルギーがある人の
気持ちになって考える



食物アレルギーは好き嫌いとは違います。その人の立場や気持ちになってみて、どのようにしたらよいのかを考えてみましょう。

料理に関心をもち、何から
どう作られているかを知る



普段から食べ物や料理に関心をもち、材料や作り方を知っておくと、事故を防ぐうえでとても役立ちます。

毎月の献立表をよく見て、
材料を確認する



給食で初めて食べる食材がある場合は、体調のよいときに、まずはご家庭で食べてみることをおすすめします。

卒業を迎える
6年生へ

もう一度食べたい給食のアンケートを行いました

主食、おかず、デザート それぞれ食べたい料理を1つずつ、合計3つ答えてもらいました。そのうち、特にリクエストの多かった料理を紹介します。



	主食	おかず	デザート
No.1	ラーメン しお、60周年記念ラーメン、みそ等のリクエストがありました。	豚汁	サイダーポンチ
No.2	きなこ揚げパン	パリパリサラダ 鶏肉のから揚げ	フルーツポンチ 月見パイ
No.3	カツカレー・クリームボックス ねぎ塩豚丼・わかめご飯	青のりポテトビーンズ 海藻サラダ	抹茶オレプリン

こんだて表の
☆マークは、
リクエスト料理
です。

「六年間、おいしい給食をありがとうございました」「二小の全員が好きそうなメニューを選びました」など、たくさんの素敵なメッセージも一緒に書いてくれました。6年生の皆さん、ありがとうございます。



2月の献立より

4日 立春 暦の上では、春の始まりの日です。献立は「春巻き」にしました。立春の頃に新芽を出す野菜（たけのこ等）を具材にし、皮で巻いたことから「春巻き」と言われるようになりました。



毎日の給食を HP で
紹介しています。
ぜひご覧ください。