



冬休みも終わり、三学期が始まりました。1年のまとめの期間である三学期は一番短く、あっという間に過ぎてしまいます。寒い日がまだまだ続きますので、体調管理には一層気をつけて、日々を大切にすごしていきましょう。

### [1月の献立より]

#### 9日(金) 七草(7日)・鏡開き(11日)

→1月7日は人日(じんじつ)の節句です。七草の節句と呼ばれることもあります。春の七草は「せり、なすな、ごきょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろ」で、この日に七草を食べて、正月料理で疲れた胃腸をいたわり、無病息災を願います。また、1月11日は鏡開きです。正月飾りで使った鏡餅を下げる、おしるこやお雑煮にしていただきます。給食では春の七草のうち「せり・すずな(かぶ)・すずしろ(大根)」の入った「七草あんかけ丼」と、もちのかわりに白玉団子を入れた「おしるこ」を出します。もちや白玉団子はのどに詰まりやすいので、食べるときは落ち着いてよく噛んで食べるようしましょう。

#### 21日(水) 大歳(おおとし)のごっつお

→岐阜県の郷土料理で年越しから正月にかけて食べる料理です。根菜類や糸昆布など食材をだしで煮てつくる家庭料理です。具材は様々なものが使われますが、糸昆布は必ず入り、これは「細く長く生きられるように」と言う願いがこめられています。

#### 24~30日 全国学校給食週間

→学校給食は、明治22年に山形県鶴岡市の私立忠愛小学校で、貧困児童を対象に行われたのが始まりです。その後、全国に広まりましたが、戦争などの影響により一時中断されてしまいました。

昭和21年12月24日に再開されたのを記念し、冬休みと重ならない一ヶ月後の1月24日から30日を「全国学校給食週間」としています。

再開当初は食糧難だったため、子供の栄養状態の改善を目的に行われていましたが、今では単に栄養の補給だけが目的ではなく、食文化について学んだり、自分の健康について考えたり、自然に感謝したり様々な学習を行うために重要な役割を担っています。

若葉小では「姉妹都市木島平の食材を使った献立」「世界味めぐり・アメリカ」「学校給食の人気メニュー、カレーライス・揚げパン」「日本味めぐり・熊本」を全国学校給食週間にあわせて出します。



#### 27日(火) 世界味めぐり・アメリカ

→「スラッピージョー」はミートソースをパンズやパンにはさんだアメリカの料理です。食べる時に口の周りが汚れたり、ミートソースがぼろぼろとこぼれてしまうので、「だらしない」の意味の「スラッピー」という名前がつきました。

#### 29日(木) 熊本県の料理

→高菜は熊本県の伝統野菜で、主に漬物にして食べられます。太平燕(たいひーえん)は海鮮やゆで卵と春雨を入れた汁物料理です。中国から明治時代に熊本に伝わった料理と言われています。



1月の調布産野菜： キャベツ



ねぎ

