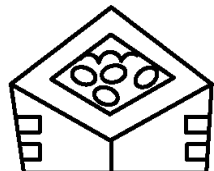
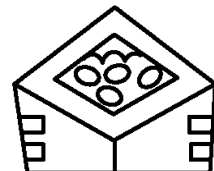
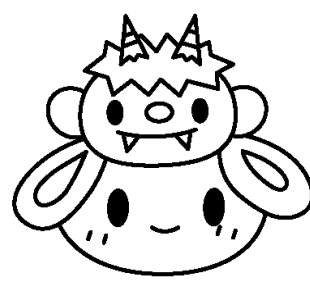


給食だより



節分と大豆のおはなし

節分には季節を分けるという意味があります。元々は「立春」「立夏」「立秋」「立冬」の前日をさしていましたが、今では「立春」の前日だけを節分と呼んでいます。冬から春へと季節が移り変わる「立春」は、お正月と同じように 1 年が始まる大事な日と考えられており、その前日の節分は大みそかのような位置づけで、特に大切にされてきました。



豆まき



ヤイカガシ



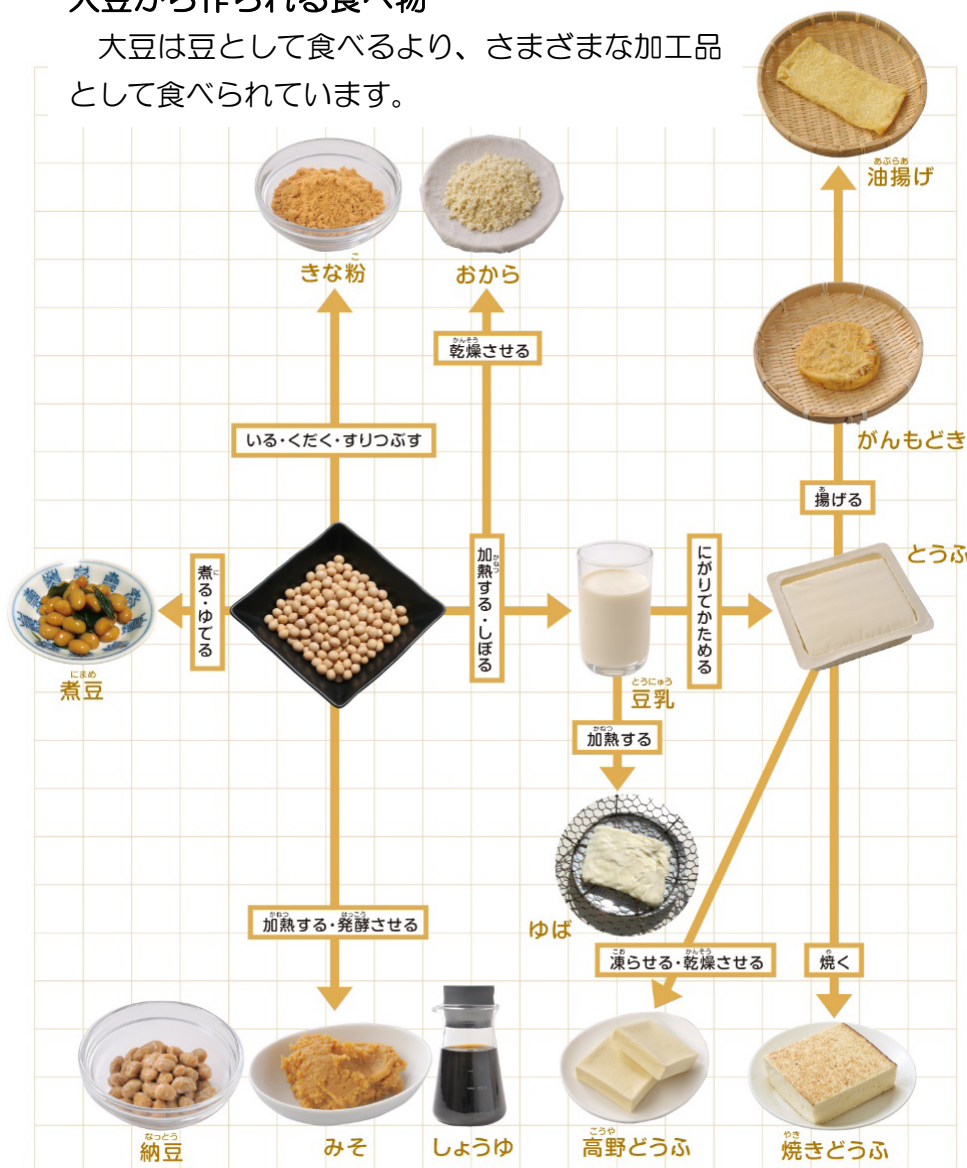
節分といえば「豆まき」です。豆まきに使うのは、煎った大豆です。大豆は、お米と同じように大切な作物であり、特別な力があると考えられてきました。

「鬼は外、福は内」と唱えながら家の中や出入口にまいて、鬼＝邪気をはらい、自分の年の数（または年の数+1 粒）の豆を食べ、1 年の幸福を祈ります。

ヒイラギの枝に焼いたイワシの頭を指したもので、ヒイラギイワシとも言います。ヒイラギの葉のトゲトゲや、イワシのにおいを鬼が嫌うとされ、家の戸口や門に飾って鬼を追い払います。豆がら（大豆を取った後の枝）を添えることもあります。

大豆から作られる食べ物

大豆は豆として食べるより、さまざまな加工品として食べられています。



味噌は万能調味料

2 月は味噌を仕込むのに適した季節です。秋に収穫した大豆を乾燥させて保存し、寒い時期に柔らかく煮て麹と混ぜて味噌を仕込みます。味噌は仕込む大豆や麹の種類、季節の温度など、さまざまな要素で味が違ってできます。麹は主に「米麹」「麦麹」「豆麹」と 3 種類あり、地方によってこの麹を使い分け、味噌を仕込みます。昔から味噌は調味料でありながら、貴重なたんぱく源でした。家庭の味噌汁は、朝ごはんにとっても適したもののなのです。



今月の郷土料理と世界の料理

20 日（木）おせ寿司（富山県）

「押し寿司」が訛って「おせ寿司」になったと言われている。



25 日（火）ピロシキ（ロシア）

東欧料理の総菜パン。揚げるより焼きの方が一般的のよう。

