

# いただきますいむ



## せつぶん 節分はどういう日？

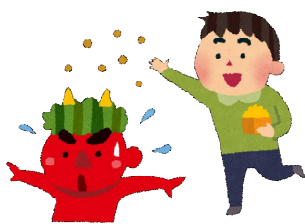
せつぶんとは、<sup>りっしゅん</sup>立春、<sup>りっか</sup>立夏、<sup>りっしゅう</sup>立秋、<sup>りっとう</sup>立冬という季節の変わり目の<sup>ぜんじつ</sup>前日のこと  
です。その中でも、<sup>なつか</sup>厳しい冬が終わり、<sup>はる</sup>春に向かう<sup>ひ</sup>節目の日（<sup>りっしゅん</sup>立春の前日）  
を「<sup>せつぶん</sup>節分」というようになりました。今年の<sup>ことし</sup>節分は<sup>せつぶん</sup>2月3日です。

## なぜ、<sup>まめ</sup>豆まきをするの？

<sup>むかし</sup>昔から<sup>まめ</sup>豆には<sup>びょうき</sup>病氣や<sup>さいなん</sup>災難を<sup>お</sup>追い<sup>はら</sup>払う  
<sup>ちから</sup>力があるとされてきました。そこで、  
<sup>まめ</sup>豆をまくことで<sup>わたし</sup>私たちに<sup>がい</sup>害を  
<sup>お</sup>よぼす「<sup>おに</sup>鬼」を<sup>お</sup>追い<sup>はら</sup>払おうと  
したのです。

## えほうまき 恵方巻って？

<sup>えほう</sup>恵方とは、「<sup>こうん</sup>幸運の<sup>く</sup>来る<sup>ほうかく</sup>方角」という  
<sup>い</sup>意味です。そして、<sup>ま</sup>巻き<sup>ずし</sup>ずしは「<sup>ふく</sup>福を<sup>ま</sup>巻  
き<sup>こむ</sup>こむ」ので、<sup>えんぎ</sup>縁起のいい<sup>た</sup>食べ物といわ  
れています。また、<sup>なが</sup>長い<sup>まる</sup>ま丸かじりす  
るのには、「<sup>えん</sup>縁を<sup>ぼうちよう</sup>包丁で<sup>き</sup>切らない」  
という<sup>い</sup>意味が<sup>こ</sup>込められています。



## きゅうしょくしん

### 大豆と野菜のスープ



2月3日の給食に  
登場します！

ざいりよう  
材料：4人分

にんじん	12g
キャベツ	100g
ぶなしめじ	20g
だいずみず	12g
コンソメ	8g
しよくえん 食塩	0.8g
水	600ml

つく  
作り方

- ① しめじの石づきをとる。
- ② にんじんは短冊切り、キャベツは食べやすい大きさに切る。
- ③ 鍋に水とにんじんを入れ、沸騰させる。
- ④ 沸騰したら、しめじとキャベツ、大豆水煮を加える。
- ⑤ 火が通ったら、コンソメと食塩を加え、ひと煮立ちさせたらできあがり！