



1月給食だより

令和6年度
山梨市教育委員会

新年あけましておめでとうございます。今年度も、残すところあと3か月となりました。

引き続き、毎日の給食時間が待ち遠しくなるような、魅力ある給食作りに努めていきたいと思えます。

本年もよろしくお願い致します。



今年は巳(へび)年！

へびは、食べるときに獲物を丸のみしますが、皆さんは、よいかむことを意識して味わって食べましょう。



それは紅白なます！

「紅白なます」は、大根とにんじんでおめでたい紅白の色を表す美しい料理です。魚や肉、野菜などを刻んで生で食べる料理のことを「なます」といいます。いわば「和食版サラダ」です。

中国のことわざ「羹あつものに懲こりて膾なますを吹ふく」というものがあるくらい歴史の古い料理です。「紅白なます」は、その色合いと細長く切った形がご祝儀袋などに使われる「水引」のように見えることから、お祝い料理の1つになりました。また大根とにんじんは、土の中に真っ直ぐ伸びていくことから、「地に足をつけて、家族や仕事安定しますように」という願いも込められているそうです。

1月9日の給食では、みなさんが食べやすいように紅白なますを「大根の紅白和え」として提供する予定です。酸味を抑え、昆布のうま味も加えています。酢の物が苦手な人にも食べやすくなっているので、ぜひ挑戦してみてください。

1) 有本葉子(2003)『有本家のおせち25品』, メディアファクトリー

まだまだあるよ！ 1月の食文化

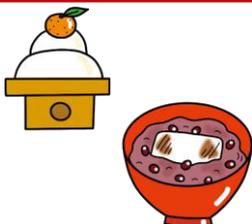
1月は「睦月」ともいいます。「みんなで仲睦まじくする月」ということからこう名付けられました。お正月が終わっても、1年の幸せを願ったさまざまな行事食が食べられます。

七草がゆ



せり、なすな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな(かぶ)、すずしろ(大根)の春の七草を刻んだおかゆを食べて疲れた胃を休めて1年の健康を祈ります。

鏡開きのおしるこ



お正月のもちを下げ、切るのではなく、木づちなどで割ってお汁粉や雑煮にします。末広がりで縁起のよい言葉である「開く」を使い鏡開きと言います。

小正月の小豆がゆ



1月15日は昔の暦では、必ず満月になりました。その年の作物の出来を占う行事や、門松などを焼くどんど焼きなどが行われます。この日に小豆がゆを食べる地域もあります。