

みなさんは、マナーを守って食事ができていますか？食事のマナーを考えることは、相手を思いやることであり、楽しい食事につながります。箸や食器の持ち方、使い方、食事のマナーなどを見直してみましょう。



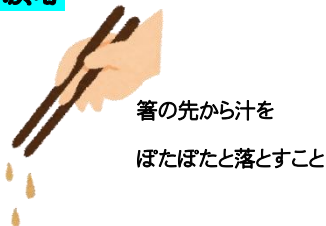
お箸の基本できていますか？

相手に不快な思いをさせてしまう箸使いのことを、「嫌い箸」といいます

迷い箸



涙箸



指し箸



箸渡し



刺し箸



寄せ箸



2月3日は節分です！！

節分には、豆をまく習慣があります。なぜ、豆をまくのか知っていますか？

鬼や魔物を追い払うために使うのは豆(大豆)で、古来より日本では穀物には、「邪気を払う力がある」とされています。

また、豆=魔目(まめ・鬼の目という意味)や、豆=魔滅(まめ・魔物を滅するという意味)の語呂合わせもあり、豆を鬼にぶつけることで邪気を払い、無病息災を願うようになったとも言われています。

このまいた大豆は自分の数え年(実年齢+1)の数を食べると良いと言われています。

さらに1個豆を多く食べると、丈夫な体になり風邪をひかないとも言われています。

大豆の栄養

大豆には良質のたんぱく質が、牛肉や豚肉にも負けないくらい多く含まれています。このことから、「畑の肉」とも言われています。さらに、ビタミンB₁などのビタミン類、カルシウムなどの無機質(ミネラル)、脂質や食物繊維なども豊富です。



1年生が考察してくれた献立が提供されます！！！！

家庭科の授業で献立の目標を決め、給食メニューを考えてくれました。2月に1年生の各クラスで選ばれた献立を提供します。



5 日(火)2組

13 日(水)1組

18 日(月)3組

楽しみにしていてください♪