



# 2月 給食だより



古河市立古河第一小学校

～ かぞくのひとと、いっしょにやんでください ～

連日、厳しい寒さが続いています。こんな季節だからこそ、温かいものは温かいうちに食べたいですね。

給食室でもこの時期はとくに、なるべく温かいまま教室に届けられるよう、出来上がりのタイミングをはかり調理しています。教室に届いたあとも、みんなで協力して準備を行えば、「いただきます。」をするまでの時間を短くすることができ、冷めずに食べられるので、給食をよりおいしくいただくことができます。これは家での食事にもつながりますね。

## おいしい給食～ポイントは準備の仕方～

協力して準備ができると、教室にワゴンが届いて10分から15分で食べ始めることができます。食べる時間を長くとれるように、みんなで工夫してみましょう。家でも自分でできることを見つけてお手伝いをすれば、食事時間にゆとりができますね。

### 給食当番

髪の毛はまとめて帽子の中に!

手洗いのあと、身支度を整えます。

衛生的に配膳するためにも、配っている間はおしゃべりをしません。当番さんにも必要なこと以外は話しかけないでね。

1人分がどれくらいになるか、見当をつけてから盛り付けましょう。算数のかけ算・わり算・分数が使えるよ。

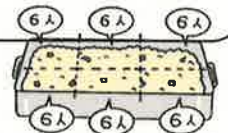
つめは短く!



マスクは口と鼻がかけられるように。



当番さんに「これ、なに～?」と話しかけるのはやめましょう。献立表を見ればわかるよね。



汁の中の具は、底にたまりやすいよ。かき混ぜながら盛り付けよう。

### 給食当番以外

換気をしっかり行おう。

机の上をきれいに!

手はせっけんを使ってすみずみまで、ていねいに洗おう。

洗ったあとは、せいかつなハンカチでふきとることも忘れずにね。



## 季節の行事「節分」



## 鬼滅の大豆～変身技大集合～



「節分」は季節の変わり目の日のことです。

「節分」には「豆まき」をして、災いとされる「おに」を追い払い、「福」を呼びこお行事

が行われるほかに、「いわし」の頭を「ひいらぎ」の枝にさして玄関に飾る風習もあります。「いわし」は焼くと、においが強くなるので焼きたいわしの頭のおいで、「おに」を近づけないようにし、「ひいらぎ」の葉のトゲで「おに」を追いはらうといわれています。



また、炒った「大豆」を自分の年の数だけ食べると1年間を健康にすごせる、といわれています。

煙の術



くわやみ 暗闇の術



ひぼ 絞りの術



はっこめ 発酵の術



炎の術



に 處るの術



かた 固めの術



すがたを変える「大豆」を食べて、自分の中の「おに」を退治しよう!