

2月給食だより

2026年1月30日
町田市立鶴川第一小学校
校長 小林 繁
栄養士



暦の上で立春を迎える2月は、まだまだ寒くて乾燥する日が続きます。今年は強い寒気がやってくることが多く、暖冬に慣れた身体には寒暖差や乾燥が應えます。寒さに負けない強い体を作りましょう。

★2月の給食★

★2月3日(火) 節分にちなんだ献立

節分と言えば豆まきです。昔から豆は悪いものなくすと考えられてきました。

鬼を寄せ付けないように、豆をまき、自分の年の数だけ豆を食べます。

また、焼いたいわしの頭を柊の枝にさしいわしのにおいと柊のとげで鬼を追い払う風習もあります。給食は、節分にちなんで「いわし」と「豆」を使った献立になっています。



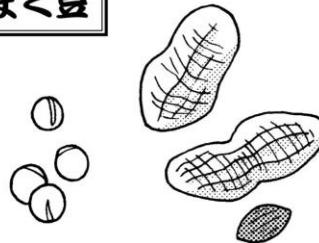
各地で違う 節分

2月3日は「節分」です。豆まきをして災いを追いはらう行事が全国で行われますが、各地で違いがあります。

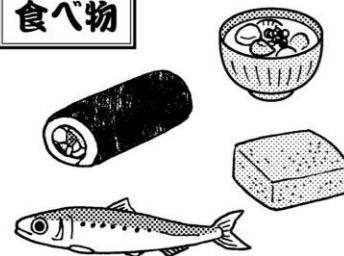
かけ声



まく豆



食べ物



多くは「鬼は外、福は内」と唱えますが、名前に「鬼」がつく神社や鬼と縁のある地域では「鬼は内、福も内」と唱えたり、「鬼は外」の部分は唱えなかったりします。

いり大豆をまく地域が多いですが、北海道、東北、信越、九州南部などや家庭によって、殻つきの落花生をまきます。後で拾いやすく、清潔なことが理由といわれています。

まいだ豆を歳の数だけ食べるほか、各地にいわしを焼いて食べる、けんちん汁や太巻きを食べる、腸内環境をよくするこんにゃくを食べるなどの風習が残っています。

©少年写真新聞社2026

☆日本味めぐり給食～沖縄・東京～

2月の日本味めぐりは4日に沖縄県、20日に東京都の料理を作ります

沖縄のタコライスはメキシコ料理のタコスをヒントに作られた料理といわれています。

意外にも沖縄の飲食店発祥のメニューで、アメリカ軍兵士たちが、安くてお腹いっぱい食べられるようにと考えだされたそうです。

東京はハ王子ラーメンです。ハ王子ラーメンはしょうゆ味のラーメンに玉ねぎをたくさん乗せたラーメンです。生の玉ねぎのみじん切りが入ってシャキシャキしているのが特徴ですが、給食では良く煮こんでトロトロの玉ねぎに仕上げます。

《1月の産地》 1月9日～1月23日

人参(千葉)、玉ねぎ(北海道)、じゃが芋(鹿児島)、こまつな(町田)、キャベツ(町田・愛知)、きゅうり(宮崎・埼玉)、もやし(栃木)、ねぎ(町田)、白菜(町田・茨城)、青梗菜(静岡)、しょうが(熊本)、大根(町田・神奈川)、かぶ(千葉)、蓮根(茨城)、ほうれん草(埼玉)、しめじ(長野)、みかん(和歌山)、いちご(群馬)、りんご(岩手)、さわら(韓国)、あじ(ニュージーランド)、銀鮭(チリ)、ししゃも(ノルウェー)、豚肉(神奈川)、鶏肉(岩手)、うるち米(千葉)、牛乳・集乳エリア(北海道・青森・岩手・宮城・山形・埼玉・福島・群馬・千葉・神奈川・静岡・愛知・三重)