

# 2月 給食だより

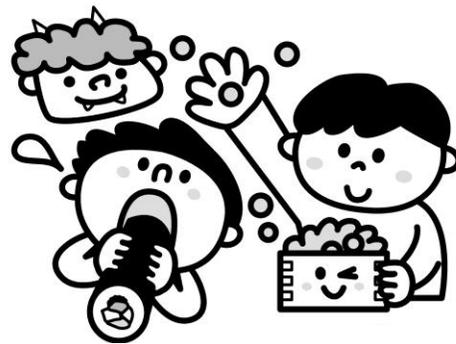


五所川原市立  
学校給食センター

## 2月の行事と食べ物について

まだまだ寒い日が続きます。栄養バランスのとれた温かい食事で風邪やウイルスへの抵抗力をつけましょう。

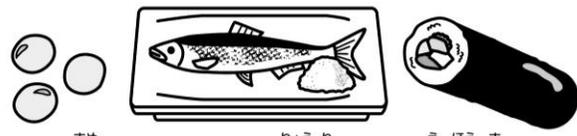
さて、日本にはお正月をはじめ四季折々の行事があります。今回は、2月の行事と食べ物についてご紹介します。



### 節分 (立春の前日、2月3日ころ)

家の戸口にヒラギワシ(ヤイカガシ)を飾り、豆をまいて鬼を追い払い、無病息災を願います。ヒラギワシとはヒラギの枝にイワシの頭をさしたもので、独特なおいが鬼を寄せ付けないといわれています。

最近全国的に食べられるようになった恵方巻は、もともと関西の一部地域で商売繁盛を願って食べられていたものです。



いり豆 イワシ料理 恵方巻き

### 初午 (2月最初の午の日)

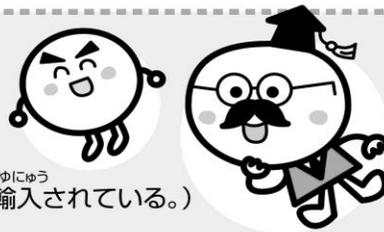
五穀豊穡や商売繁盛などを願って、各地の稲荷神社でお祭りが行われます。キツネ(稲荷神のおつかいとされる)の好物と言われる油揚げや、油揚げですし飯を包んだいなりずしなどをお供えます。初午団子やしもつかれ(大根おろしに酒粕、いり大豆、しおさけ、あたま、こまき、やさしい、くわに塩鮭の頭、細かく切った野菜などを加えて煮た料理)を作る地域もあります。



いなりずし 初午団子 しもつかれ

### クイズのこたえ

- Q1 = × (落花生をまく地域もある。)
- Q2 = × (大豆は枝豆が熟して乾燥したもの。)
- Q3 = ○ (大豆は「畑の肉」といわれるほど、たんぱく質が多い。)
- Q4 = × (大豆の自給率はわずか7% [平成28年度] で、ほとんどが海外から輸入されている。)
- Q5 = ○ (ほかに、大豆を使った調味料には「みそ」がある。)
- Q6 = × (片栗粉はじゃがいものでんぷんからできる。「きな粉」が正解。)
- Q7 = ○ (豆腐を凍らせてから乾燥させた、「凍り豆腐」「高野豆腐」「凍み豆腐」がある。)



# 大豆博士になるう! OXクイズ



2月と言えば節分! 節分と言えば大豆!! というので、大豆に関するクイズを用意したよ♪  
少し難しいクイズだけど、「こんだてのおしらせ」にヒントを隠しておいたから、チャレンジしてみてね♪  
答えは、この給食だよりの左下にあるよ!



Q1 節分でまく豆は、必ず大豆でなければいけない。



Q2 大豆はグリーンピースを乾かしたものである。



Q3 大豆には、肉やたまごと同じく、たんぱく質が多くふくまれている。



Q4 日本で食べられている大豆は、ほとんど日本で作られている。



Q5 大豆と小麦、塩、麴から、しょうゆが作られる。



Q6 大豆をいって、粉にすると片栗粉になる。



Q7 豆腐を凍らせて作る食べものがある。

