



2月3日は節分



「節分」は季節の変わり目を意味し、立春、立夏、立秋、立冬のそれぞれの前日です。一年の始まりとされる「立春」は、災いの無い年になるようにと願いを込めて豆をまき、邪気（鬼）を払います。

他にも鬼が来ないように、焼いたいわしの頭を柵の枝に刺して玄関に飾ったり、歳徳神（幸せの神様）がいる方角（恵方）に向けて巻き寿司を食べる習慣もあります。邪気を払う豆を食べて、今年も元気に過ごしましょう。



今年の恵方は東北東です！

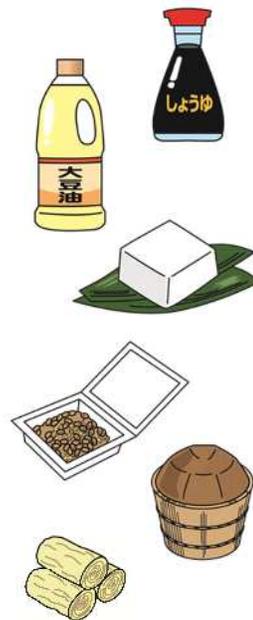
どんな食べ物があるかな？

大豆製品



節分の豆まきに使うのは「大豆」です。大豆は和食に欠かせない食材で、昔からいろいろなものに加工されてきました。栄養豊富で「畑の肉」とも言われています。

2月の献立には、節分献立の福豆をはじめ、豆腐、油揚げ、きなこ、豆乳、みそ、しょうゆなど、たくさん大豆製品を使っています。給食を食べながら探してみてくださいね♪



まめまめクイズ



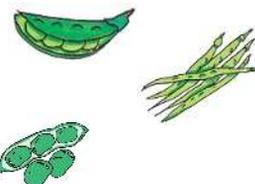
Q1 枝豆が熟して乾燥するとどの豆になるでしょう？

- あずき
- だいず
- きんとき豆



Q2 グリーンピースを収穫する豆はどれでしょう？

- えんどう
- いんげん
- そらまめ



Q3 鳥の形をしていることから名前が付いた豆はどれでしょう？

- からす豆
- うぐいす豆
- ひよこ豆



03 : ひよこ豆の別名「カサネ豆」です。
02 : 春か節の豆です。
01 : 黒豆の枝豆もあります。
こたえ