

# 給食だより



一関市  
真滝学校給食センター  
2019.1.11 (金)



冬休みが終わり、3学期が始まりました。雪は少なくとも、寒さが厳しい日がありますので、体調管理や防寒対策をしておきましょう。

中学校3年生のみなさんは、1月や3月に受験を控えている人が多いと思います。万全の体調で受験できるように、できるだけ食事と睡眠をしっかりとって欲しいと思います。

〈一関のもち文化について知ろう♪〉

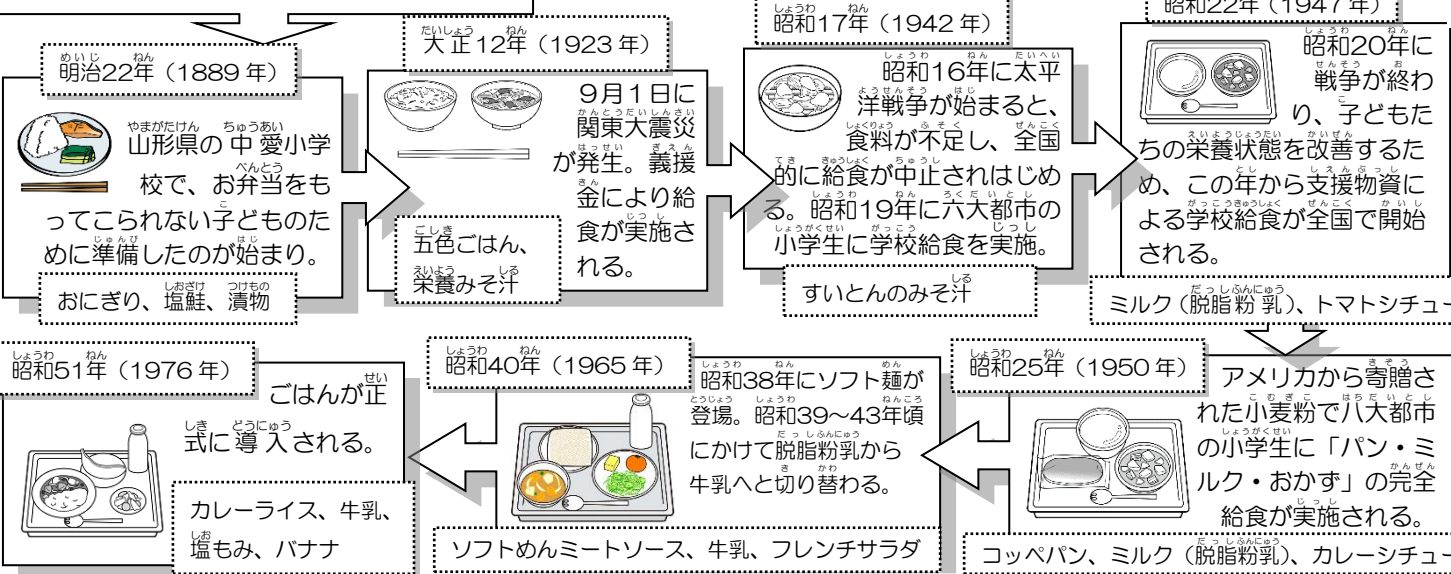
昔々（江戸時代のころ）、一関は他の地域よりもお米（うるち米・もち米）がたくさん収穫できる地域でした。その頃、毎月1日と15日には神様にもちをお供えして平安無事を祈る習慣がありました。神様には白いもちを供え、お百姓さん達はくず米に雑穀を混ぜた「しいなもち」を食べていました。「しいなもち」をなんとかおいしく食べようと、いろいろなもち料理が誕生しました。

これからも、おいしくお餅をいただく文化を継承していきましょう。



## せんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん 全国学校給食週間です。

給食の歴史を振り返ってみましょう。



◇現在の学校給食は、「食に関する正しい知識」と「望ましい食習慣」を身につけるため、いろいろなことを学ぶ必要があり、「生きた教材」としての役割を担っています。  
→子どもたちのこんなところが心配されています。



## おうちのひとから 聞いてみよう！食べ物にまつわる思い出

→どんな給食だった？

→好きなメニューは？

→給食の思い出教えて

→子どもの頃、お正月には、どんなご馳走食べたの？

→どんなおやつ食べていたの？

→苦手な食べ物あった？

## 今月のクイズ

- Q1. 昔ながらの「もちつき」で使う道具の名前は、『うす（臼；蒸したもち米を入れる道具）』と何でしょうか？  
① おたま ②ヘラ ③きね（杵）
- Q2. ずんだもちの「ずんだ」に使われている食べ物はどれでしょうか？  
① なのはな ②えだまめ ③キャベツ
- Q3. もち本膳の正しい食べ方は、「最初に何を食べてから」もち料理を食べるのでしょうか？  
① 大根おろし ②たくあん ③紅白なます

【こたえ】  
Q1.③きね（持って振り上げてもちをつく道具）  
Q2.②えだまめ（枝豆+砂糖+塩で作ります）  
Q3.①大根おろし（もちの消化を良くします）