

2026年

1月食育だより



～フィリソシンカ～



令和8年1月発行
北谷町立学校給食センター
TEL 936-3269



新年あけましておめでとうございます。健康で元気に過ごすための目標を立てて、今年1年をスタートさせましょう。今年度も残すところ後3ヵ月、今の学年クラスで思い残す事のないように過ごしましょう。今年も給食センター職員一同、安全・安心でおいしい給食作りに努めていきますのでよろしくお願いします😊



としだま お年玉はもちだった!?

しょうがつ ふだん にほんぶん か かん きかい おお
お正月は、普段より日本文化を感じる機会が多かったのではな
いでしょうか。さて、子どもたちにとって、お正月の楽しみといえばお年玉。
しんねん いわ おとな こ こづか わた ふしゅう としだま
新年を祝って、大人から子どもへお小遣いを渡す風習です。もともとは、お正
がつ としがみさま としがみさま そな としがみさま おく もの
月の「歳神様（年神様）」にお供えた「もち」を、歳神様からの贈り物として
わ あた はじ としだま としがみさま たましい い み
分け与えたことが始まりとされ、「年玉」とは「歳神様の魂」を意味します。



「寒中」、「塩の白」、「カレーの白」

1月はさまざまな行事があります。元日のお正月と7日の「七草」、15日の小正月などがよく知られ
ますが、暦の上では小寒から大寒へと冬の寒さが一番厳しい時期にあたり、この時期においしくなる
「寒」の食べ物があります。また「塩の白」「カレーの白」といった記念日もあります。

「寒」は、「小寒(2026年は1月5日)から大寒(1月20日)を頂点にして、立春(2月4日)の前日までの期間を指します。道場などに通う人は「寒稽古」がよく行われますね。寒の時期においしくなる食べ物として、水(「寒の水」)、ぶり、卵、しじみなどが知られています。



1月11日は「塩の白」です。戦国時代、駿河(静岡県)の今川氏から塩の流通を止められ、困っていた甲斐(山梨県)の武田信玄に対し、越後(新潟県)の上杉謙信が、敵であったにもかかわらず、武田に塩を送ったことにちなみます。ここから「敵に塩を送る」ということわざが生まれました。



1月22日は「カレーの白」です。1982(昭和57)年、学校栄養士の先生たちが、戦後がっこうへよくしょうかんをまえる学校給食が再開されてから35年を迎えたことを記念して、24日から始まる「全国学校給食週間」を前に、全国で一斉に子どもが大好きなカレーの給食を行ったことがきっかけで制定されました。



イナミネファーム 野菜農家の稲嶺さんについて

北谷町出身で読谷村で畑をされています。とうがん、こまつな、しょうが、にんじん、べにいもを愛情たっぷりに育てていて、北谷の給食センターにはこれまでも何度かおさめて頂いています。畑の見学に行った様子をご紹介します(〇)

とてもきれいで
大きいこまつな

(*~*)



こまつな

とうがん



とうがん

しょうが



農家の稲嶺さん



たくさん食べて
かせひかないでね~★

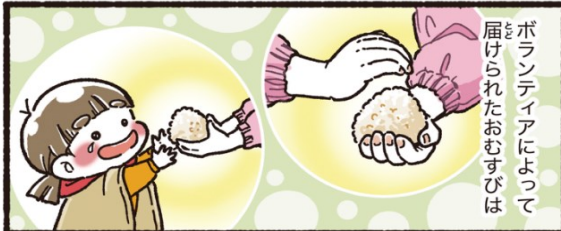
☆給食目標☆

給食について考えよう

☆栄養目標☆

郷土の食について知ろう

おむすびの日



食べ物の大切さと、みんなで
ささあこころまなひ
支え合う心を学ぶ日にしましょう。