

れいわ ねんど  
令和6年度

# 2月食育だより



あい ちけんりつ みよし とくべつ しえん がっこう  
愛知県立三好特別支援学校

## 【今月の目標】

しょくじ かんが しょくじ  
食事のマナーを 考 えて 食事をしよう



1月10日(金)に高等部、17日(金)に小・中学部の給食感謝の集いが行われました。

保健委員会の生徒で企画し、司会進行をしました。今年度の学校給食週間のテーマ「アスリートの強さのひみつ～強いからだのつくりかた～」にちなんだクイズを行い、児童生徒一人一人が全問正解を目指して取り組むことができました。

また、代表生徒が栄養教諭の都築先生や調理員の方々に日々の感謝を伝えたり、各学級で作成したプレゼントを渡したりすることができました。

1月14～17日の学校給食週間では、放送委員会の生徒がその日の給食に関する豆知識や、スポーツ選手の食に関する情報を発信するなど、楽しい給食の時間を過ごすことができました。

これからも食事に携わった人や食材への感謝の気持ちを大切にしていきたいです。



## なぜ、節分に豆をまくの？



2月といえば、節分に豆まきをする風習があります。

季節の変わり目は体調を崩しやすくなる人も多いと思いますが、昔の人は、これを「鬼(邪気)」の仕業と考えていました。災いや疫病をもたらす鬼を追い払い、幸福を招くための風習が「鬼は外、福は内」の掛け声で行われる豆まきです。豆まきには大豆のほか、落花生を使う地域もあります。

## 大豆の“豆”知識

煮豆など料理に使われるほか、さまざまな食品に加えて、日本人の食卓に欠かせない食べ物です。



大豆は、体をつくるタンパク質を多く含むことから「畑のお肉」と呼ばれます。

大豆からできるもの

