

ねん 2026年2月

給食だより

2月に入ると、立春を迎ますが、寒さはまだまた続きます。2月3日は節分、2月4日は立春、暦の上では「春」になります。寒いと朝起きるのが大変ですが、朝ご飯は必ず食べましょう。朝ご飯を食べることで、体温が上がり、眠っていた脳や体にスイッチが入ります。

規則正しい食生活を心がけ、毎日を元気に過ごしましょう。

* * 給食目標 * *
規則正しい
食生活を送ろう。

ねん こう ふく ねが せつ ぶん ぎょう じ
1年の幸福を願う「節分」の行事がつ か せつぶん
2月3日 節分

立春の前日に当たる節分には、古くから、豆まきをしたり、ヒイラギイワシ（ヤイカガシ）を玄関に飾ったりして、病気や災難を起こす“鬼（邪氣）”を追い払い、1年の無事や幸福を願う風習があります。最近では、「恵方巻き」が店頭をにぎわすようになりましたが、もともと全国的な風習ではなく、江戸時代に大阪の商人が商売繁盛祈願のために行っていた風習が始まりとされています。（※諸説あります）

せつ ぶん た もの
節分にまつわる食べ物

大豆をいったもの。豆まきに使うほか、自分の年齢の数、または年齢の数+1個食べて、1年の幸福を願っています。大豆の代わりに落花生を使う地域もあります。

え ほ う ま 恵方巻き

太巻きずし。その年の歳神様がいるとされる“恵方”を向き、願い事を思い浮かべながら、無言で丸かじりします。

ねん え ほ う 2026年の恵方はなんなんどう「南南東」



※いり大豆・落花生とともに、5歳以下の子どもは窒息する危険性があるため、食べさせないでください。

給食だより・献立表の電子化（ペーパーレス化）のお知らせ

日頃より学校給食へのご理解とご協力をいただき、感謝申し上げます。

さて、厚沢部町総合給食センターでは、環境負荷の低減（SDGsへの取り組み）および、利便性の向上を目的として、**来年度（4月分）**より給食だよりと献立表を電子化することといたしました。今後は、お手持ちのスマートフォンやパソコンから、いつでもどこでも献立を確認いただけるようになります。

- 開始時期：令和8年4月分より
- 閲覧方法：[厚沢部町ホームページ / 各学校配信アプリ / 厚沢部給食サイト] にて公開いたします。
- その他：紙での配布は原則として終了いたしますが、事情により書面での配布を希望される方は、各学校及び担任までご相談ください。

資源の節約と、より迅速な情報提供のため、何卒ご理解とご協力をお願い申し上げます。