

# 給食だより

社会福祉法人 雫石保育園 令和7年2月



暦の上では、立春を迎えますが、一年で一番寒い時期です。

風邪やインフルエンザに負けず元気に過ごしましょう。

2月は節分があります。「鬼は外、福は内」と声を出しながら

豆まきをして元気に春を迎えましょう。



## 節分の日付はその年によって変わる？

節分は2月3日というイメージがありますが、実は「立春の前日」と決められています。立春の日付は年によって変わるため、節分も一緒に日付が**変わる**のです。

今年の立春の日は2月3日(月)なので、今年の節分は「**2月2日(日)**」となります。

もともと節分には「**季節を分ける**」という意味があり、節分は立春、立夏、立秋、立冬の前日に行われていた節日でした。特に立春は新しい年の始まりとして大切にされていたため、次第に春の節分だけを「**節分**」と指すようになったといわれています。

## どうして節分に豆をまくの？

悪いもの(鬼)を追い払い、良いもの(福)を呼び込むために、豆まきをします。

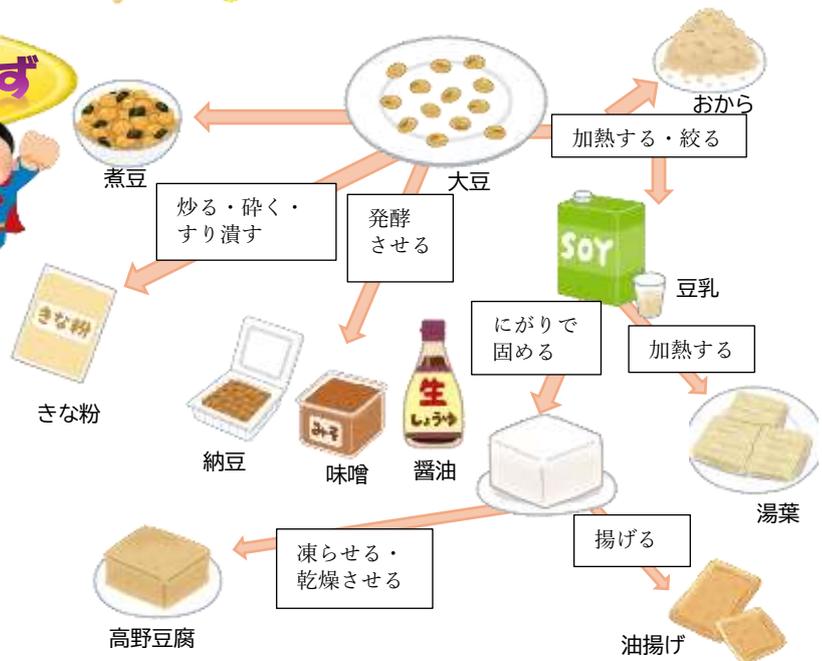
鬼に炒った豆をぶつけて、**悪いものを追い出す**というイメージです。ずっと昔に鬼を退治したところから由来されているそうです。

豆まきの豆、「大豆(だいず)」には、たくさんの栄養が含まれているので鬼を追い出す**パワー**がいっぱい詰まっていると、か...

## 大豆はとっても変身じょうず

大豆は、肉や魚、卵のように体を作るたんぱく質を多く含む食材です。日本では弥生時代から栽培され、古くから日本各地で親しまれてきた食材です。大豆は、様々な食品や調味料に加工されます。どんな物に変身するか、見てみましょう。

大豆は「畑の肉」と呼ばれているよ！



※2021年1月20日に、消費者庁より、「食品による子どもの窒息・誤嚥 ごえん 事故に注意！

一気管支炎や肺炎を起こすおそれも、硬い豆やナッツ類等は 5歳以下の子どもには食べさせないで」というお知らせが出ました。

過去の、園で炒り豆の誤嚥事故などの事例も掲載されていますので、乳幼児には十分な配慮が必要です。