

給食たより

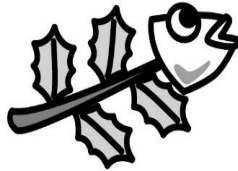
令和元年度
文京区立昭和小学校

2月号

2月の目標

食卓づくりや話題選びの工夫をしましょう。

2月4日は、「立春」です。暦の上では、春を迎えますが、まだまだ寒さが厳しい日が続きます。手洗い・うがいや十分な睡眠、バランスの良い食事を心がけて、寒さに負けずに元気に過ごしましょう。



大豆をいっただ福豆をまいて鬼（病気や災難を引き起こすもの）をはらい、福豆を食べて、1年の健康や無事を願います。家の戸口に飾るヒイラギワシ（ヤイカガシ）は、ヒイラギの枝に、焼いたイワシの頭を刺したもので、ヒイラギのトゲとイワシのにおいて、鬼を追いはらいます。



節分は、各季節の始まりの日(立春・立夏・立秋・立冬)の前日をさし、「季節を分ける」という意味があります。季節の変わり目には、邪気(鬼)が生じると考えられており、その鬼を追い払う儀式として、始まりました。立春は、新しい年の初めの節目として、大事にされたため、2月の節分が定着しました。

みそとしょうゆ

もとは同じ!?

みそもしょうゆも、中国から「醬」と「豉」という食べ物として、朝鮮半島を経て日本に伝わってきたといわれていますが、これがみそとしょうゆのもとになったものといわれています。「醬」とはいろいろな食べ物に塩を加えて発酵させたもので、「穀醬」（米や麦、大豆など



が原料)「魚醬」(魚や魚の内臓などが原料)というものがありました。

みそは奈良時代にはすでに貢進物として納められている記述があります。またしょうゆは鎌倉時代ごろに「たまりじょうゆ」がつくられはじめ、室町時代には盛んに製造されていたといえます。