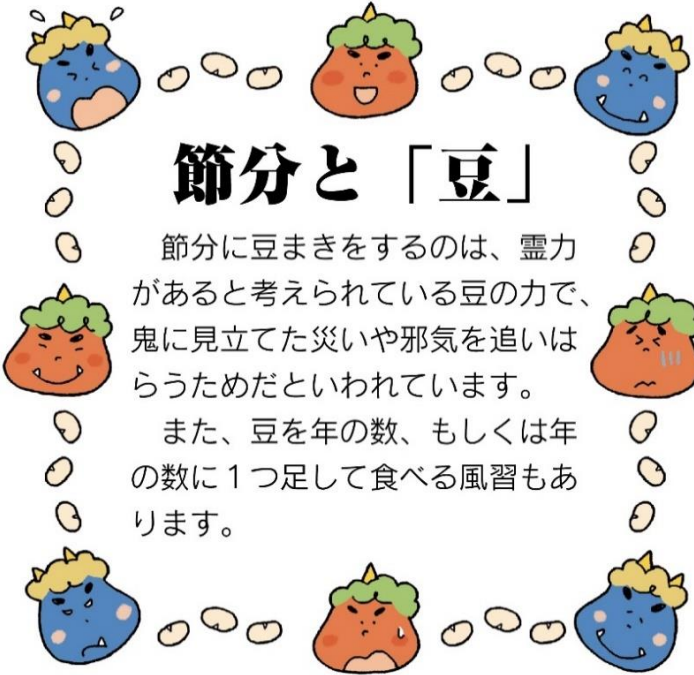
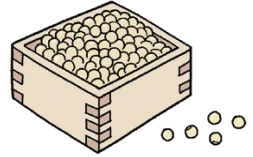


2月食育たより



節分と「豆」

節分に豆まきをするのは、霊力があると考えられている豆の力で、鬼に見立てた災いや邪気を追いはらうためだといわれています。

また、豆を年の数、もしくは年の数に1つ足して食べる風習もあります。

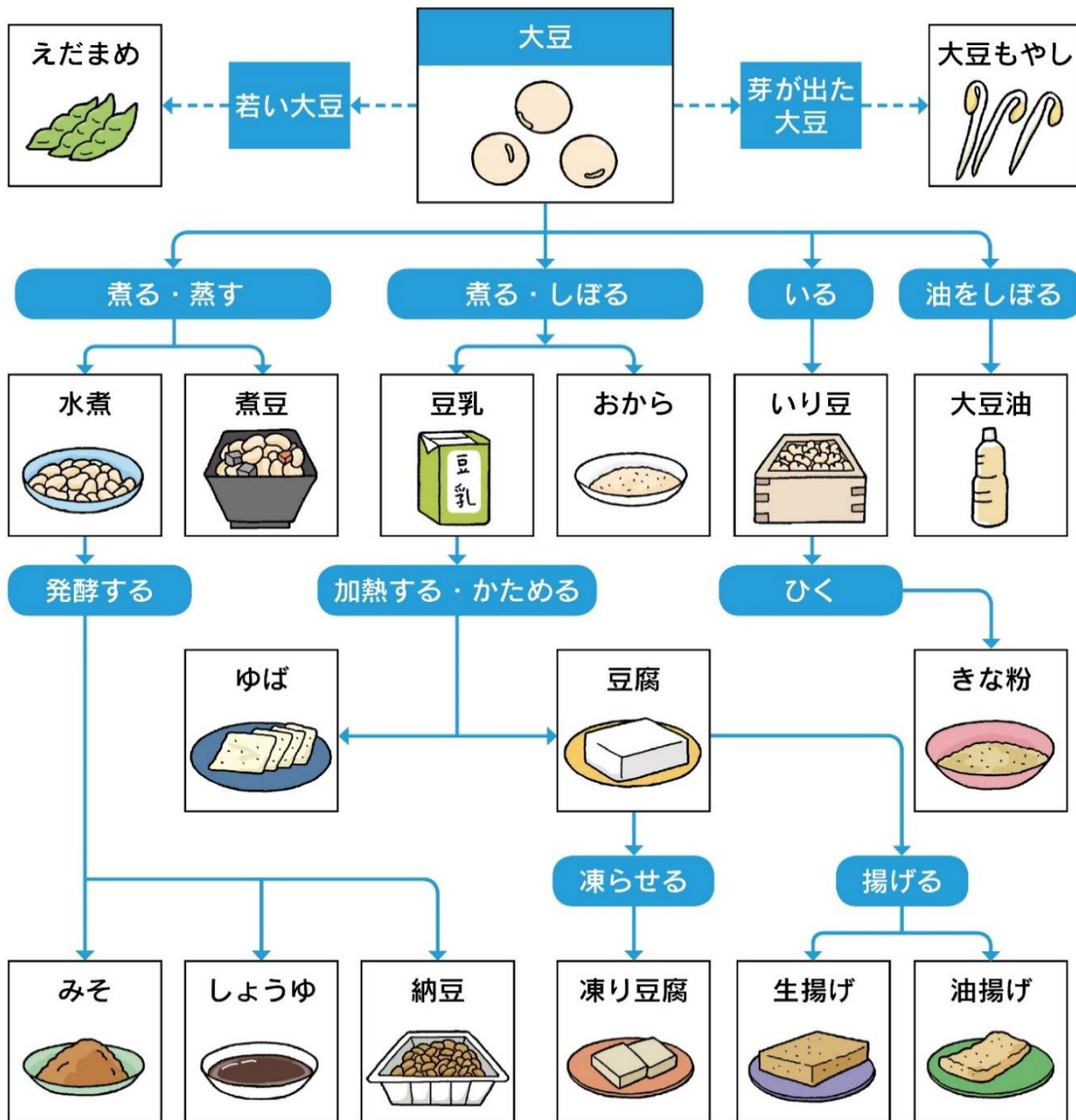
節分には、「柊鰯（ひいらぎいわし）」といって、ひいらぎの枝に、焼いたいわしの頭をさしたものを飾ります。節分の鬼が嫌いな葉っぱである、尖ったトゲのあるひいらぎと、鬼が嫌がる臭いのいわしを組み合わせることで、「鬼が家に入って来ないように」という魔除けの意味合いを込めています。

豊中市の中学校給食では、2月2日に節分メニューとして、いわしのフライと、かみかみ大豆が出ます。



姿をかえる大豆

大豆は、加工されているいろいろな食品へと姿をかえています。



作成：豊中市立中学校栄養教諭

豊中市教育委員会事務局 学校給食課

TEL/06-6843-9101