



食育だより ~12月号~

家庭数配付

令和4年 12月6日(火)
真砂小学校 給食部

今月の給食のめあては、「きれいに手をあらおう」です。

てあら
手洗い

それはオートマチック!

It's automatic!

イツツ オートマチック



寒くなり、新型コロナウイルスだけでなく、かぜやインフルエンザの流行が心配されます。そして同じくノロウイルスによる食中毒や感染症にも注意が必要です。それらの予防のために、簡単にできて、とても効果の高い方法は、ズバリ、「せっけんを使った丁寧な手洗い」です。「ただいま」の後、トイレの後、そして食事の前には、忘れずにせっけんで手洗いをしましょう。

なぜせっけんで手洗いをするの?



見た目にはきれいで、手には病気の原因になる見えない細菌やウイルスがついていることがあります。



手や指についた細菌やウイルスは、口や鼻などから人間の体内に侵入し、体に悪さをします。



大丈夫だも〜ん

水だけの手洗いでは、細菌やウイルスがしっかり落ちません。せっけんですみずみまで丁寧に洗いましょう。

まちがいさがし

クイズ 2枚の絵には、ちがうところが6つあります。みつけてみてね! (こたえはうら)





こたえ

- ① おや、手をふって水をきっているぞ。きちんとハンカチを使おうね。
- ② 顔はよごれていなければ、とくに洗わなくてもいいよ。
- ③ 手洗いが終わったら、かみにはさわらないほうがいいね。
- ④ せっけんを使って、よくあわ立ててからしっかり手を洗おうね。
- ⑤ おいおい、手をズボンでふいてはだめだよ。
- ⑥ あれ～、ハンカチがしわちくやでだいぶよごれているね。もしかして昨日のハンカチ…？ 毎日せいけつなハンカチを用意しようね。

としとぎょうじ 年取りの行事



「年取り」という言葉を知っていますか？

「年取り」は、「年齢が増えること」「大みそかの夜に行う行事」という意味があります。

昔は、日が沈むと1日が終わり、夜になると同時に次の日がやってくると考えられていました。つまり、大みそかの夕方、太陽が沈むとともに1年が終わり、新しい年が始まるのです。

新しい年には、新しい年の神様がやってくると考えられていて、それまでの年の神様に1年の無事を感謝し、新しい年の神様のお迎えをします。また年齢の計算も、昔は誕生日ではなく、元日が基準でした。お正月が来ると、世の中の全員が同時に1つ年をとるのです。そのため、年取りには特別な料理を準備しました。「年越しそば」「年取り魚」「お雑煮」「おせち料理」は、この年取りのための料理がルーツと考えられています。

『サケ』VS『ブリ』 みなさんのおうちの「年取り魚」はどっち？

新潟市や下越地域では圧倒的に「サケ」をお供えをしたり食べたりするおうちが多いですが、佐渡市や糸魚川市では「ブリ」を食べるおうちが多いです。みなさんのおうちはどっちかな？
(全国では、タイを食べるところもあります。)

しょうがつ た さかな
【お正月に食べる魚】
サケ



しょうがつ た さかな
【お正月に食べる魚】
ブリ



としと さかな
年取り魚