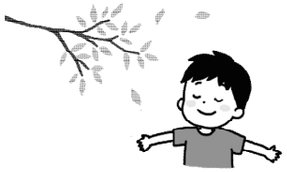
5月給食だより



ニセコ町学校給食センター

新学期から１か月が経ちました。新しい環境になり、心身の疲れがたまってきている頃ではないでしょうか。

それでなくても季節の変わり目は、気温差や気候の変化で体が疲れやすくなります。5月はゴールデンウィークがありますので、ぜひこの長期休みの機会にしっかり休息もとってリフレッシュしていただけたらと思います。

八十八夜（はちじゅうはちや）

八十八夜とは、立春から数えて、８８日目の日を指します。今年２０２５年は、立春が2月3日だったので、5月1日が八十八夜となります。春から夏へと季節が変わりゆく節目の日として、農業に携わる人々は、この日を大事にしてきました。

✓ 漢字の「八」は末広がりのため、縁起が良いとされています。

✓ そのため、八十八夜に摘み取られるお茶は不老不死の縁起物として重宝されました。その新茶を飲むと一年を災いなく過ごせると言われています。

夏も近づく八十八夜～

端午の節句（たんごのせっく）

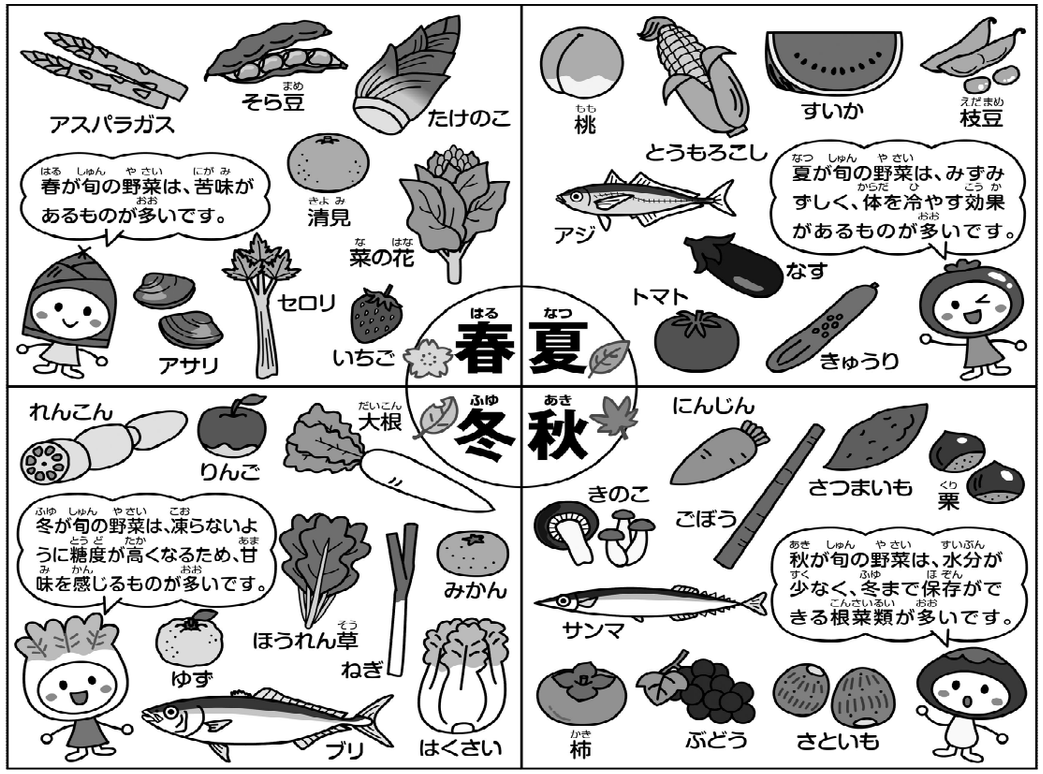
5月5日はこどもの日。端午の節句とも呼ばれます。

男の子の成長を願って祝う行事です。「よろいかぶと」や「こいのぼり」を飾ったり、「ちまき」や「柏もち」を食べたり、お風呂に菖蒲を入れた「菖蒲湯」に入ったりする習わしがあります。

中国から伝わった「柏もち」は、柏もちを包む柏の葉が、新しい芽が出るまで古い葉が落ちないので、「家が絶えず続く」として縁起がよいと言われています。給食では、一足早く5月2日がこどもの日お祝い献立ですよ。

食べ物の「旬」を知り、季節を味わおう！

旬とは、食べ物がよく育ち、たくさんとれる時期のことです。旬の食べ物はおいしく、栄養が豊富で、価格も安いという特長があります。給食でも旬を意識しています♪



ご存じですか？「おいらのキッチン」

コロナ禍における子どもたちの「食の自立」を目的に始まった、栄養教諭によるYoutube配信です。おいしくて簡単に作ることができる料理動画がアップされています。

時間を見つけて、お子さんと一緒にお家で料理をしてみませんか？小さな「できた」が見つかるはずです。小学校高学年や中学生であれば、自分たちで作れると思います。ぜひチャレンジしてみてください。

URL:
team-shokuiku.or.jp