



給食だより



2月3日は節分です！

節分とは、本来は季節の分かれ目である「立春、立夏、立秋、立冬」の前日のことで、実は節分は年に4回あります。

昔のこよみでは春が新年の象徴だったため、立春前日の節分は大晦日のようなものでした。昔は「季節の変わり目には邪気（鬼）が入りやすい」と考えられ、年の変わり目でもある立春前日の節分に、鬼を追い払う行事が生まれました。次第に、この行事が定着して、節分といえば立春の前日を指すようになりました。



恵方巻



恵方巻は、その年の恵方を向いて丸かじりすると願い事が叶い、無病息災や商売繁盛をもたらすとされる縁起のよい太巻きです。

恵方巻には、縁起よく七福神にちなんで7種類の具を入れ、巻き込んだ福を逃さぬよう丸ごと1本、恵方を向いて無言で食べるとよいとされています。

豆まき

節分には邪気（鬼）が入りやすいと言われ、豆まきによってその邪気を払うために行います。

また、福豆を食べることによって健康（まめ）でいられるとも言われています。



今年は北北西

柗いわし

柗（ひいらぎ）の枝の先に焼いた鰯（いわし）の頭を刺したものを、各家庭の玄関や門に飾ることで、鬼が家の中に入れなくなると言われます。

これは鰯を焼いた時の匂いと煙を鬼が嫌がり、柗のとがった葉っぱは鬼の目を刺すということからきています。

ワタナベさんは豆まきしなくてよい？！

平安時代、京都で日本史上最強の鬼といわれる、酒吞童子（しゅてんどうじ）が暴れまわっていました。困った帝は、源頼光（みなもとのよりみつ）に鬼退治を任命します。頼光は、渡辺綱（わたなべのつな）たちで討伐隊を結成し、鬼退治に行きました。そして見事に酒吞童子を倒し、渡辺綱の強さに鬼たちはふるえあがりました。この「鬼退治」から、鬼は渡辺一門を恐れるようになり、その子孫にも近づかなくなったそうです。このことからワタナベさんは豆まきをしなくてもよいと言われています。

豆知識



かんたん節分レシピ

【鬼まんじゅう】

「鬼まんじゅう」は愛知県の郷土料理です。戦中、戦後の食べ物が少ない時代に、比較的手軽に手に入ったさつまいもと小麦粉を使ってつくられ、米の代わりに主食として広まりました。角切りにしたさつまいもの角がゴツゴツ見えるのが、鬼のツノや金棒に似ていることから「鬼まんじゅう」と名付けられました。

《つくりかた》

- ①さつまいもを1センチほどの角切りにし、水にさらす。
- ②①のさつまいもの水気をしっかりきり、ボウルに移し砂糖をまぶし、10分程おく。 ※10分程で水がでてきます
- ③②で出てきた水は捨てずに、そこへ小麦粉を加え、ヘラで全体をよく混ぜる。
- ④生地の状態を見ながら、水を少しずつ加え、混ぜる。（だまがなくなり芋のつなぎになる程度）
- ⑤鬼まんじゅうサイズに切ったクッキングシート（9センチ角位）に生地をのせ、15～20分程蒸す。
- ⑥楊枝をさし、芋に火が通っていれば完成

《ざいりょう》 10個分

さつまいも	200g
砂糖	50g
小麦粉	60g
水	適量

