

はぐぐみ



京田辺市学校給食センター
令和8年度 5月号

さわやかな季節になりました。

新学期が始まってほぼ1ヶ月、新しい学年やクラスでの生活にも慣れ、ホッとする反面疲れも出てきやすい頃です。グラウンドでの活動も多くなっていますので、心も体も元気に毎日の学習や運動に取り組むことができるよう、「夜は早めに寝て、朝早く起きて、朝ごはんをしっかり食べる」といった、規則正しい生活をぜひ、心がけていきましょう。



給食センター【はぐぐみ】を紹介していきます。



食材は荷受口であるプラットフォームから入ってきます。



届いた食材は、それぞれ専用の部屋で袋開けや異物チェック、洗浄を行い、調理室へ運ばれます。



野菜の洗浄を行う下処理では、極力、手作業で皮むきをしています。手作業で皮むきをすることで、皮のおきすぎを防ぎ、食べる部分を増やしています。栄養が減らないように工夫し、洗浄しています。



土や虫がついていないか、丁寧にチェックしながらしっかり3回流水で洗います。



「五節句(五節句)」と行事食について知ろう!

5月5日は、国民の祝日「こどもの日」ですが、男の子の健やかな成長を祝う「端午の節句」でもあります。節句と名のつく行事はほかに、1月7日の「人日の節句」、3月3日の「上巳の節句」、7月7日の「七夕の節句」、9月9日の「重陽の節句」があり、まとめて「五節句(五節供)」と呼ばれます。

中国から伝わった風習が日本独自の行事に変化したもので、行事食には、健康で幸せに暮らせるようにという願いが込められています。それぞれの節句には、邪気(病気や災難を起こす悪い気)を払うとされる季節に植物が用いられるものも特徴です。



こどもの日は「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する日」として定められており、本来は、端午の節句とは別の行事です。

| | |
|--|---|
| <p>1/7 じんじつ 人日の節句 (七草の節句)</p>  | <p>7種類の若菜を入れた「七草がゆ」を食べて、一年の無病息災を願います。若菜はセリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロで、春の七草ともいいます。</p> |
| <p>3/3 じょうし 上巳の節句 (桃の節句)</p>  | <p>「ひな祭り」の名で親しまれ、桃の花やひな人形を飾り、女の子の健やかな成長を祝います。行事食には、「ちらし寿司」「はまぐりのうしお汁」「ひしもち」「ひなあられ」などがあります。</p> |
| <p>5/5 たんご 端午の節句 (菖蒲の節句)</p>  | <p>かぶとや武者人形、鯉のぼりを飾り、「ちまき」や「かしわもち」を食べて、男の子の健やかな成長を祝います。香りの強い菖蒲(しょうぶ)を入れたお風呂につかり、厄を払う風習もあります。</p>  |
| <p>7/7 しちせき 七夕の節句 (笹の節句)</p>  | <p>願い事を書いた短冊を笹竹につるし、技芸上達、豊作などを願う「星祭り」が行われます。行事食として「そうめん」が食べられていますが、夜空に浮かぶ天の川や、機織りに使う糸に見立てているなど、いろいろな由来があります。</p> |
| <p>9/9 ちょうよう 重陽の節句 (菊の節句)</p>  | <p>菊の強い香りで邪気を払い、長寿を願います。現代では、あまりなじみがありませんが、江戸時代には五節句を締めくくる行事として、菊の花見をするなど、一般の人びとの間でも盛大に行われていました。</p> |

