



# 1月給食だより



令和8年 1月8日  
練馬区立大泉西小学校  
校長 岩切 洋一

## あけましておめでとうございます



ふゆやす お がつき はし むかし いちがつい にがつに さんがつ  
冬休みが終わり、いよいよ3学期が始まりました。昔から「一月往ぬる二月逃げる三月去る」といわれてきたように、年度末に向けて月日が流れるのを早く感じる時期です。

風邪やインフルエンザも流行していますので、体調管理にはより一層気をつけて、1日1日を大切に過ごしてほしいと思います。

### 今年(とし)はうま年(とし)!

**うま(うま)のように野菜(やさい)をたっぷり食べよう!**

**箸(はし)をうま(うま)く使いこなしてきれいに食べよう!**

**よく味(あじ)わってうま(うま)味(あじ)を感じよう!**

## お年玉(としだま)はもち(もち)だった!?

しょうがつ ふだん にほんぶん か かん きかい おお  
お正月は、普段より日本文化を感じる機会が多かったのではな  
いでしょうか。さて、子どもたちにとって、お正月の楽しみといえばお年玉。  
新年を祝って、大人から子どもへお小遣いを渡す風習です。もともとは、お正  
月の「歳神様(としがみさま)(年神様)」にお供えした「もち」を、歳神様からの贈り物として  
分け与えたことが始まりとされ、「年玉」とは「歳神様の魂」を意味します。



## 1月11日は鏡開き



かがみ ちい わ する こ い むびょうそくさい ねが  
鏡(かがみ)もちを小さく割(わ)ってお汁粉(じゆいこな)などに入れ、無病息災(むびょうそくさい)を願(ねが)っ  
て食べる行事(ぎぎ)です。もちを小さくするのに、包丁(はうちょう)など刃物(はもの)を  
使うのは武士(ぶし)の「切腹(せっぽく)」を連想(れんそう)させるため縁起(えんぎ)が悪い(わる)とされ、  
木づち(きづち)や手(て)で割(わ)ります。また、「割(わ)る」ではなく「開(ひら)く」とい  
う縁起(えんぎ)の良い言葉(ことば)が使(つか)われます。



- 12月の使用食材産地
- 牛乳…北海道、宮城、東京、群馬、青森、山形、山梨、岩手、福島
  - 米…青森、岩手
  - 大麦…福井
  - 米粉…埼玉
  - 片栗粉、大豆、昆布、きび…北海道
  - 卵…栃木
  - 豚肉、鶏肉…青森
  - かつおぶし…静岡・九州
  - ひじき…長崎、三重
  - さば…ノルウェー
  - わかさぎ…北海道
  - いか…ペルー
  - 鮭…北海道、三陸
  - こんにやく…群馬
  - みそ…長野・岩手
  - 干し椎茸…大分
  - りんご…山形
  - 胡瓜、小松菜、里芋…埼玉
  - 白菜、ピーマン、にら、蓮根、さつま芋…茨城
  - にんにく、ねぎ、牛蒡…青森
  - 生姜、赤ピーマン…高知
  - 玉葱、じゃがいも…北海道
  - パセリ…千葉
  - もやし…栃木
  - 青梗菜、セロリ…静岡
  - えのき…長野
  - 人参…茨城、千葉
  - いんげん…鹿児島
  - 大根…神奈川、三重、練馬
  - キャベツ…千葉、愛知、練馬