

# 食育だより2月



練馬区立豊玉第二中学校

まだまだ、厳しい寒さが続いています。また、コロナウイルスのまん延する中で、子供たちは緊張する日々を送っています。スキー移動教室も残念なことに中止になってしまいました。気持ちを切り替えて学校生活を送りましょう。リクエスト給食も楽しみにしててください。変わらず手洗い・消毒・黙食を心がけながら日々の生活を安心して送りたいものです。

## 「節分」と「いわし」



「節分」の日には、「豆まき」をして、災いをもたらすとされる「おに」を追い払い、「福」を呼びこむ行事が行われるほかに、「いわし」の頭を「ひいらぎ」の枝にさして、げんかんにかざる風習もあります。

これは、「おに」を家に入れないようにするための風習です。「いわし」は、焼くとにおいが強くなるので、焼いたいわしの頭のにおいで、「おに」を近づけないようにしたそうです。そして、「ひいらぎ」の枝にさすのは、ひいらぎの葉のすどいトゲで、「おに」の目をさし、追いはらうのだそうです。



## 季節の行事「節分」

節分とは、立春の前日をいいます。季節の変わり目、冬から春になる節目の日です。今年は2月3日になります。節分の日には、邪気を祓う行事が行われます。「豆まき」をしたり、「いわし」の頭を柵の枝に刺して玄関に飾ったりします。

### 豆まき



「豆まき」には、「大豆」を使うことが多く、煎ったものを使う。「鬼は外、福は内」と言いながら大豆をまき、災いをもたらすとされる鬼を追い払い、福を呼び込む。家族の健康や幸せへの願いが込められている。また、煎った大豆を自分の年齢の数だけ食べると、1年間健康に過ごせるともいわれる。

### いわし



「いわし」の頭を柵の枝に刺し、玄関に飾るのは、鬼を家に入れないようにするための風習。いわしは、焼くと臭いが強くなり、焼いたいわしの頭の臭いで、鬼を近づけないようにし、柵の葉の鋭いトゲで鬼の目を刺し、鬼を追い払うといわれている。