



2月3日は節分です。節分は、文字のとおり「季節を分ける」意味があります。昔は、春は1年の始まりとされており、特に大切にされてきました。節分は1年の始まりの行事として、悪いものを追い払い、みんなが健康で過ごせるようにと思いがこめられた行事です。節分に豆(煎り大豆)をまくのは、悪いもの(魔)を鬼にとえ、「魔を滅する」→「魔滅」→「まめ」をいう意味があるそうです。また、五穀(米・麦・豆・ひえ・あわ)には穀霊が宿るとされ、大豆は米に次いで神事に用いられてきました。穀霊で悪いものを追い払うとともに、年齢の数だけ大豆を食べることで、体の内にエネルギーを宿すという意味もあります。

今月の給食は、節分にちなんで「**大豆月間**」としました。毎日、大豆や姿を変えた大豆製品が必ず使われています。配付した献立表には、大豆製品に印がついていますので、今日の大豆製品はなんだろう?と気にかけていただけたらうれしいです。



## なくそう! フードロス ~Vol.9 ローリングストック~

令和6年能登半島地震から1か月がたち、災害時に備え保存食や持ち出し品の見直しを行ったご家庭も多いのではないのでしょうか。今月は、もしもの時に備えた食料品の消費・購入の方法である、「**ローリングストック**」についてお話しします。

ローリングストックとは、普段から少し多めに食材・加工品を買っておき、使ったら使った分だけ新しく買い足すことで、常に一定量の食料を家に備蓄しておく方法のことです。災害時のためだけでなく、日常の中に食料備蓄を入れ込むという考え方です。

### ローリングストックのポイント

- ✓ **古いものから使う**  
消費の際は、必ずいちばん古いものから使しましょう。
- ✓ **使った分は補充する**  
常に一定量の食料があるように、消費したら必ず補充をしましょう。



ローリングストックを日常の消費・購入に取り入れることで、なにがどのくらいあるのか常に把握ができる、それぞれの食材の賞味期限・消費期限もこまめに確認できるなど、フードロスにもつながります。

欠食届の  
締切に  
ついて

2月19日(月)~3月18日(月)の期間の欠食届の締切日は、2月6日(火)15:00です。

お忘れの無いよう、担任にお知らせください。

高等部3年生の卒業後の欠食は担任より提出済みです。