

# 2月の給食だより



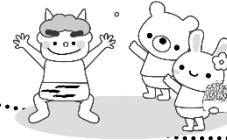
平成31年1月30日  
高岡市立戸出西部小学校



暦の上では立春を迎えようとしています、まだまだ寒い日が続きます。手洗い・うがいはもちろんのこと、防寒対策や部屋の換気にも十分気を付けて、インフルエンザや風邪を予防しましょう。



## 2月3日は節分

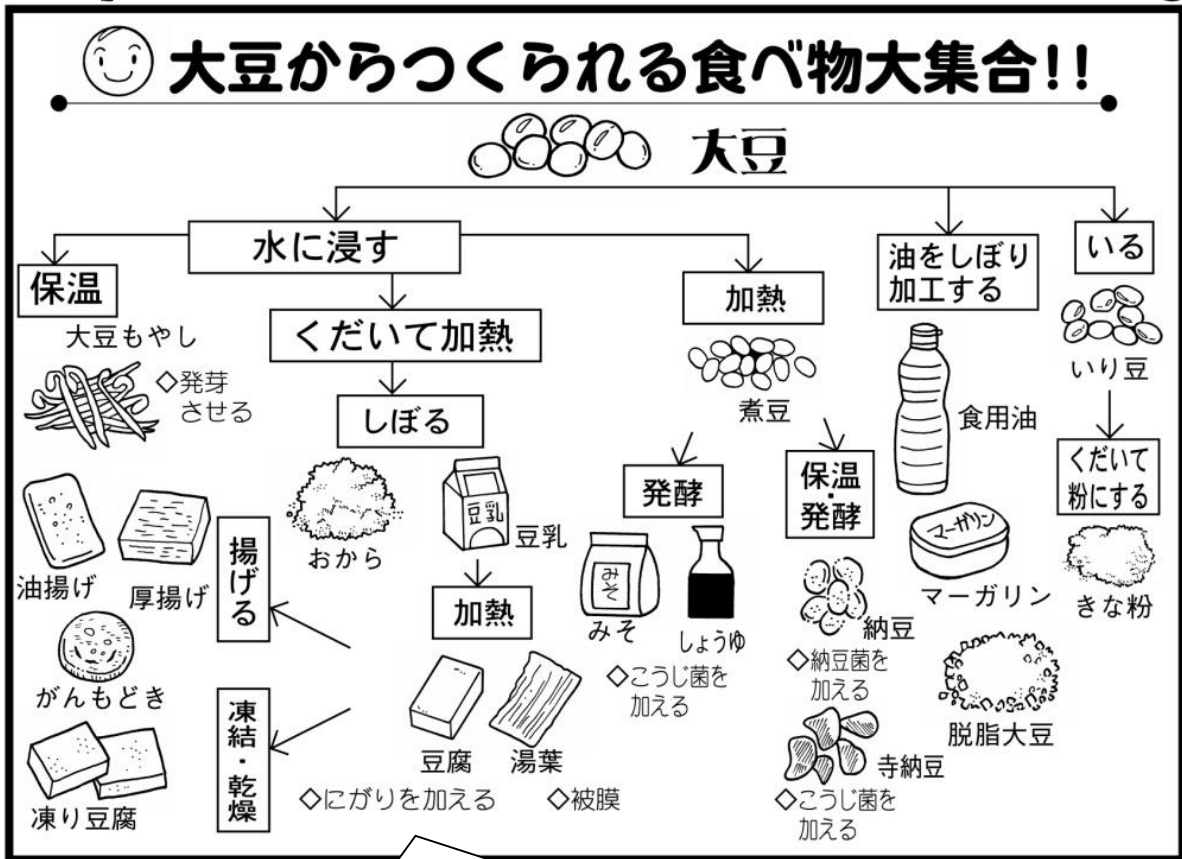


節分に豆をまく習慣は、室町時代頃から始まったとされています。昔から「豆には邪気を払う力がある」といわれており、「鬼は外！」というかけ声とともに豆をまきます。

また、地域により様々ですが、豆を年齢の数だけ食べる(または年齢の数に1つ加える)と病気にかからないとも言われています。



# 日本の食卓には欠かすことのできない大豆



大豆からは、みそやしょうゆなど調味料をはじめ豆腐、納豆、油など多くの製品が作られています。そのため、大豆製品を使わない日はほとんどないといってもよいくらい、日本人の食生活に欠かせない食品です。

