



## 2月のふるさとくまさんデー

まいつき にち しょくいく ひ やつしろちいき けんない しょくさい しょう 毎月19日の食育の日にあわせて八代地域や県内でとれた食材の使用、また、  
きょうどりょうり じっし 郷土料理などを「ふるさとくまさんデー」として実施しています。



**2月18日（水）**

\* 麦ごはん

\* 牛乳

\* きびなごの磯辺揚げ

\* 豚汁

\* ばんpeiゆ



今月のふるさとくまさんデー  
八代産および熊本県産の食材

☆ 米・・・ 給食のお米は八代産又は熊本県産

☆ ばんpeiゆ、だいこん、はくさい・・・八代産

☆ 麦、牛乳、ねぎ、にんじん、  
さといも、煮干し、小麦粉・・・熊本県産



## 1年の幸福を願う「節分」の行事

ねん こう ふく ねが せつ ぶん きょう じ  
がつ まめ おに おはら ねが せつぶん ぎょう じ  
おに おはら こうふく まね おに そと ふく うち か ごえ おこな  
わざわ えきびょう  
おに おはら こうふく まね おに そと ふく うち か ごえ おこな  
まめあと じぶん ねんれい かず ねんれい こまめ た けんこう  
豆まきの後には、自分の年齢の数、または年齢+1個の豆を食べて健康を  
ねがふうしゅう まめ まめ だいす らっかせい つか ちいき  
願う風習もあります。豆まきの豆には、大豆のほか、落花生を使う地域もあ  
ります。



また、節分を終えると暦の上で春の始まりとされる立春です。暖かくなる  
のが待ち遠しいですね。

### 大豆の“豆”知識

だい す まめ ち しき  
大豆は、体をつくるたんぱく質を多く含むことから「畑の肉」と  
よ呼ばれます。煮豆など料理に使われるほか、さまざまな食品に加  
こう にほんじん しょくたく か た もの  
工され、日本人の食卓に欠かせない食べ物です。



### 大豆からできるもの

