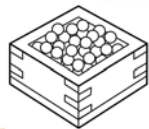




# ☆節分献立☆



## 2月3日（木）



### きょうのこんだて

- ◎むぎごはん ◎ぎゅうにゅう
- ◎さんしょくそぼろ
- ◎いわしのつみれじる
- ◎ふくまめ ◎くだもの



2月3日は節分です。節分とは、「季節を分ける」という意味で、各季節（立春、立夏、立秋、立冬）の始まりの日の前日のことで、特に立春の前日を指します。今日の給食では行事食として節分献立を行います。

### 節分の日の「いわし」と「ヒイラギ」

ヒイラギの枝にあぶったいわしの頭を刺したものを「焼い嗅がし」といい、家の戸口につるします。とがったヒイラギのとげと、あぶったいわしのおいを鬼がいやがるとされ、厄除けとして用いられます。これにちなんで、今日はいわしのつみれを使った汁物です。



昔は立春で冬が終わり春になって1年が始まる、と考えられていたので、節分は大晦日のように大切にされ、行事として伝えられてきました。節分には炒った大豆を「福は内、鬼は外」と言いながらまいて、邪気をはらいます。その後、自分の年（数え年）の数の豆を食べて、1年の無事を祈ります。



### 豆まきの作法

- 炒った豆を枡などに入れて夕方まで神棚に供える
- 夜に玄関や窓を開けて「鬼は外」と2回唱えながら豆をまく
- 「福は内」と2回唱えながら家の中に豆をまく
- まき終わったら戸や窓をしっかりと閉める  
(鬼が戻らないように、福が出ていかないように)
- 自分の年の数だけ豆を食べて無病息災を祈る