

# ぱくぱくだより

1月



令和8年1月8日  
京都市立新町小学校  
校長 岸本直樹  
栄養教諭 東美里

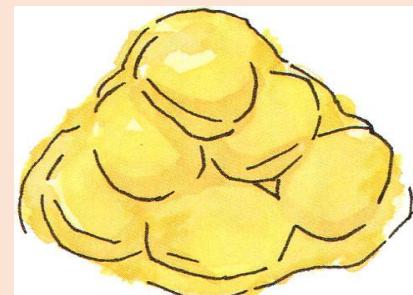
## おせち料理にこめられた願い

お正月に食べる「おせち料理」には、さまざまな「いわれ」(昔から言い伝えられてきたこと)があり、新しい年を祝う気持ちや幸せを願う気持ちがこめられています。みなさんは、いくつ知っていますか?



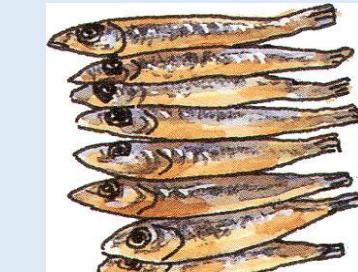
### 黒豆

まめに(まじめに)働き、元気にくらせますように。



### 栗きんとん

黄金色なので、豊かな生活ができますように。



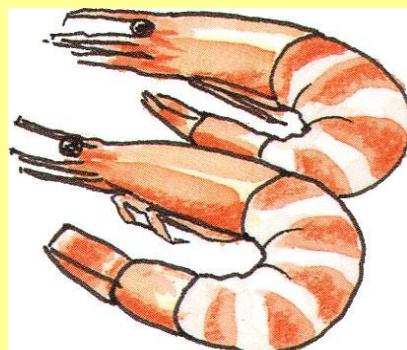
### ごまめ

昔、田んぼの肥料にしたので、豊作になりますように。



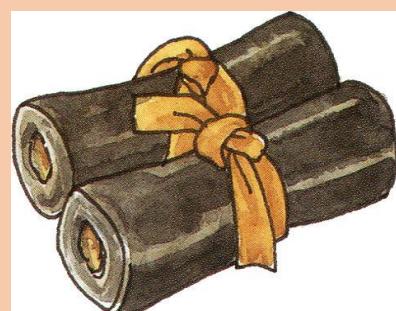
### 紅白なます

みずひき あらわ 水引を表しています。お祝いの意味があります。



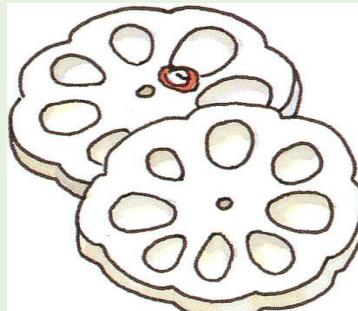
### えび

えびのように、長いひげをはやし、腰が曲がるまで長生きできますように。



### こんぶまき

こんぶは、「よろこぶ」と呼び方が似てるので、縁起がいいとされています。



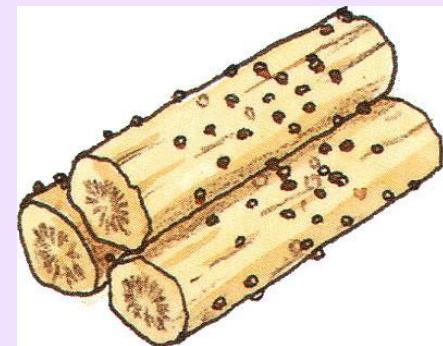
### れんこん

あな 穴があいていることから、将来の見通しがもてますように。



### だてまき

まきもの 卷物のように、知っていることが増えますように。



### たたきごぼう

ほそながつちね 細く長く土に根をはるので長生きできますように。





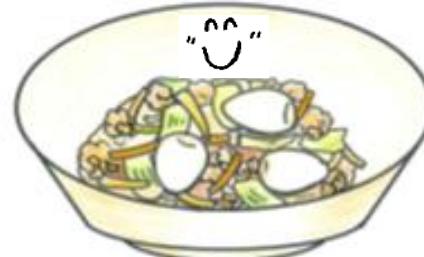
# こんだて しょうかい

しん はくさい

## 新こんだて「ぽかぽか白菜どんぶり」

がつ にち もく  
1月15日(木)

ぽか  
ぽか  
ぽか  
ぽか



ふゆ さむ はくさい はくさい  
冬は寒いけど、ぽかぽか白菜どん  
ぶりを食べて体が温まるといいな  
と思い、この献立を考えました。



ふゆ しゅん はくさい つか  
冬が旬の白菜を使ったどんぶりです。

「ぽかぽか」するひみつは、しょうがをたっぷりと  
つか使って、かたくり粉でとろみをつけ、温かく食べ  
られるようにしているからです。



## なごみこんだて



がつ にち もく  
1月22日(木)

### ◆煮しめ

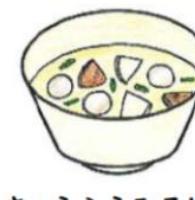
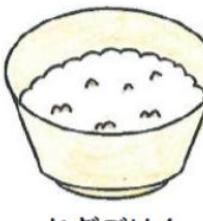
いろいろな具材を一つの鍋で煮て作ること  
から、「みんながなかよく過ごせますように」と  
いう願いがこめられています。

### ◆京風みそ汁

京都で正月に食べられる雑煮は、主に「白  
みそ」を使います。旬の大根とみつばを使っ  
たみそ汁です。

ごまめ

にしめ



むぎごはん

きょうふうみそしる

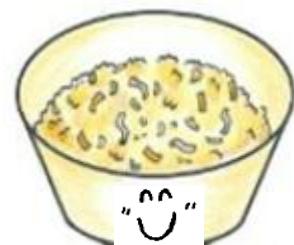


くろまめ  
黒豆は、スチコンで作ってい  
ます。ふくらとおいしいです。

ぼうさい

## 「防災とボランティアの日」こんだて

ねんまえ がつ にち はんしんあわじだい  
31年前の1月17日に、阪神淡路大  
震災が起り、大きなひがいが出まし  
た。災害に備え、ボランティアの大切さ  
を学ぶために1月17日を「防災とボラ  
ンティアの日」としています。



アルファ化米を使った  
カレーピラフ



### 【クイズ】

アルファ化米は、水を入れるだけ  
でご飯になる。○か×か??



### ほごしゃ 保護者のみなさまへ

あたら とし はじ さむ ひ つづ せいかつ  
新しい年が始まりました。まだまだ寒い日が続きます。生活リ  
ズムの乱れは、免疫力の低下にもつながります。早寝・早起  
き・朝ごはんで規則正しい生活リズムで過ごせるといいです  
ね。本年も、引き続き安心・安全でおいしい給食の提供をし  
ていきます。どうぞよろしくお願ひいたします。

### 【お知らせ】

#### ○3学期の給食期間

がつ か すい がつ にち もく  
1月7日(水)~3月19日(木)

がつ にち きん ねんえんげきかんしよう きゅうしょくけつしょく  
○1月30日(金)6年演劇鑑賞のため給食欠食  
も かえ きゅうしょく じっし  
(持ち帰り給食を実施します。)

