

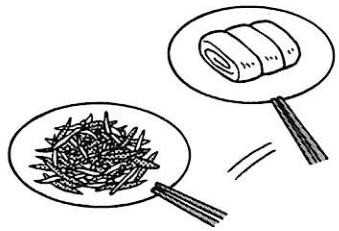
# 給食だより 2月

みなさんは、マナーを守って食事ができていますか？ 食事のマナーを考えることは、相手を思いやることであり、楽しい食事につながります。はしや食器の持ち方、使い方、食事のマナーなどを見直してみましょう。

## 覚えておこう！ きらいばし

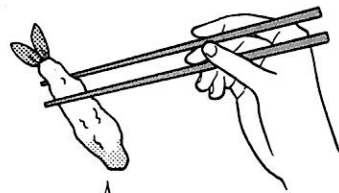
相手に不快な思いをさせてしまうはしづかいのことを、「きらいばし」といいます。やらないように気をつけましょう。

### 迷いばし



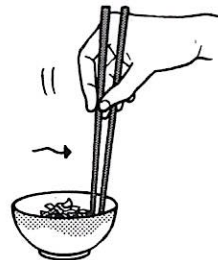
どれを食べるか迷って、料理の上ではしを動かすこと。

### 涙ばし



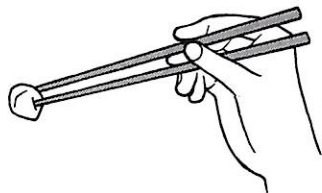
はしの先から汁をぼたぼたと落とすこと。

### 寄せばし



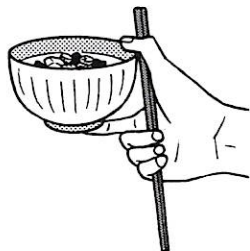
食器をはしで手前に引き寄せること。

### 刺しばし



料理をはしで突き刺して食べること。

### 持ちばし



はしを持ったまま、ほかの食器を持つこと。

### はし渡し

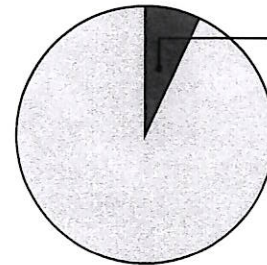


はしとはして、料理をやり取りすること。

## 保護者のみなさまへ

正しいはしの使い方をしていないおとなが近くにいると、子どもは、自然とそのはしづかいを学んでいきます。家族で、はしの持ち方や使い方、きらいばしなどについて話し合ってみませんか？

## Data 大豆の自給率はどれくらい？



大豆の自給率 7% (平成29年度概算値)

平成29年度に国内市場に出回った360万1千トンの大豆のうち、国産大豆は25万3千トンで、自給率は7%です。国産大豆は、味のよさなどが評価されて豆腐や煮豆、納豆などの食品になっています。

出典 平成29年度食料需給表(概算値)

## バレンタインデーの起源

一説によると3世紀のローマでは兵士の結婚が禁止されていました。それに反対したバレンタイン司祭は多くの兵士を結婚させて皇帝の怒りをかい、西暦270年2月14日に殺されたそうです。その死を悼む行事から、やがて、愛の告白や贈り物をする日になったといわれています。

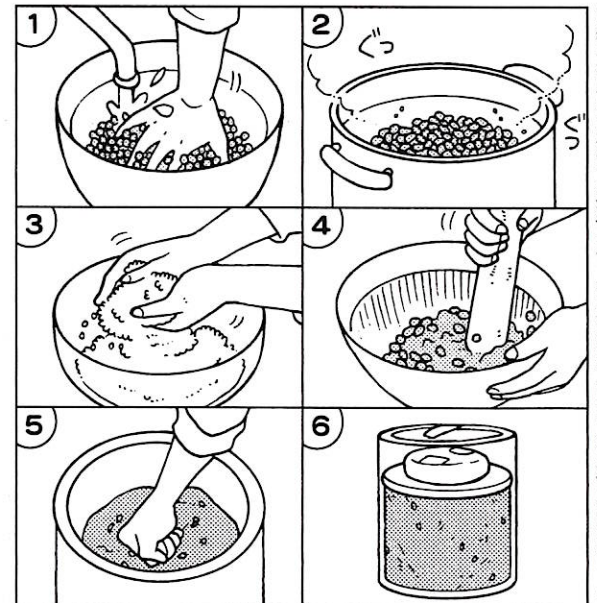


## 手づくりみそ

みそをつくってみませんか？

【材料】(できあがり6kg)  
大豆(乾) 1.3kg ・米こうじ 2.5kg ・塩 720g

- ①大豆は洗って重量の3~4倍の水に12時間以上浸します。
- ②大豆が指で軽くつぶせるまで3~5時間ほどゆでます。
- ③米こうじをほぐして塩と混ぜます。
- ④大豆をすりこぎなどでつぶして③と混ぜます。
- ⑤空気が入らないように容器に詰めます。
- ⑥ラップフィルムをして、重しをのせ冷暗所に約6か月置きます。



※約二か月に一度みそを混ぜます。かびがはえてしまったら取り除きましょう。

