

# 食育だより

令和7年度 1月号  
船橋市立峰台小学校  
WE♥峰台!

あけましておめでとうございます。お正月には、おせち料理や雑煮などを食べましたか。おせち料理や雑煮などは、その地域や各家庭によって特徴やさまざまな違いがあり、地域ならではの特徴が見られます。


## 日本各地の郷土料理

日本は四方を海に囲まれ、南北に長く四季の変化がある国です。地域や季節によって収穫するものが異なり、四季折々の食べ物に特色があります。日本各地で受け継がれてきた地域特有の郷土料理に注目してみましょう。


**かつおのたたき**  
(高知県)



もとは漁師が船上で食べていたまかないが一般に広まったものといわれています。



**へしこ**  
(福井県)



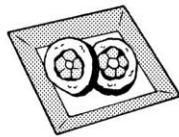
若狭地域などでつくられてきた郷土料理。さばなどの魚を塩漬して、さらにぬか漬けることで長期保存できます。

**いも煮**(山形県)




さといもの収穫期の秋から冬に河原などで食べられている郷土料理。さといも、牛肉、こんにゃく、ねぎなどを鍋で煮ます。

**太巻きずし**(千葉県)




農家などの一般家庭に伝えられてきたすしの一種。年中行事や冠婚葬祭などで食べられてきた断面が華やかなすし。

**柿の葉ずし**(奈良県)



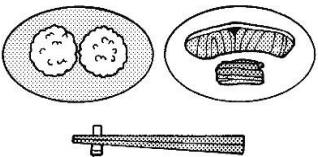
塩で締めたさばと酢飯を柿の葉で包んだ押しずし。柿の葉に防腐作用があり、葉の香りとさばのうまみが特徴。



九州・沖縄	中国・四国	近畿	中部	関東	北海道・東北
がめ煮 (福岡県)	岩国ずし (山口県)	めはりずし (和歌山県)	のっぺい汁 (新潟県)	おきりこみ (群馬県)	石狩鍋 (北海道)
ちゃんぽん (長崎県)	かきの土手鍋 (広島県)	にしんなす (京都府)	かぶらずし (石川県)	しもつかれ (栃木県)	じゃっば汁 (青森県)
冷や汁 (宮崎県)	鯛めし (愛媛県)	ふなずし (滋賀県)	ほうとう (山梨県)	深川井 (東京都)	ひつまみ (岩手県)
鶏飯 (鹿児島県)	讃岐うどん (香川県)		ひつまぶし (愛知県)		こづゆ (福島県)

## 1月24日～30日は全国学校給食週間です

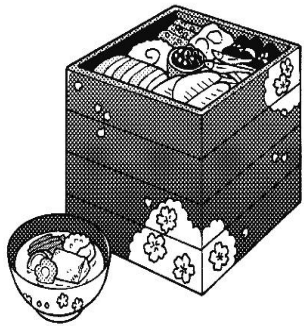
学校給食は、明治22(1889)年に山形県の忠愛小学校で貧困児童を対象に無償で昼食を提供したのが始まりです。現在では、子どもたちの食生活を取り巻く環境が大きく変化しています。こうした中、学校給食は、子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣をつけるために重要な役割を果たしています。



©少年写真新聞社

## 正月の行事食 おせち料理・雑煮

正月は幸せや豊作をもたらすその年の神様を迎える年中行事として、昔から大切に祝われてきました。おせち料理には年神様をもてなして、共にいただくものとして、さまざまな意味や願いが込められています。また、雑煮には家庭や地域によってもちの形や味、材料などに違いがあります。こういった行事やお祝いの日に食べる特別な料理を「行事食」といいます。



### クイズ

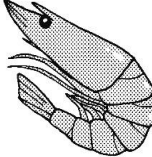
おせち料理には、いろいろな願いが込められています。それぞれ、どんな願いが込められているのでしょうか？

**黒豆**



- ①まめに喜らせるように
- ②お金に困らないように
- ③勉強がよくできるように

**えび**



- ①商売繁盛
- ②交通安全
- ③長寿

くろまめ ①／えび ③

えび ③／えび ③