

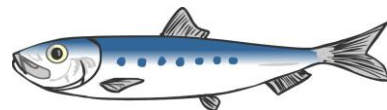
今月の行事食

～入梅～（6/10献立）

6月11日は入梅です。

入梅は「梅の実が熟し、梅雨に入るころ」という意味があります。現在のように気象情報が発達していない時代、入梅は田植えの目安にする大切な日でした。

また、入梅の頃に水揚げされる真イワシは、「入梅イワシ」と呼ばれます。入梅イワシは、産卵前のイワシで、1年の中で最も脂がのっていて、おいしいといわれています。



～田植え～（6/13献立）

田植えは6月10日前後の梅雨入り前に行っていました。

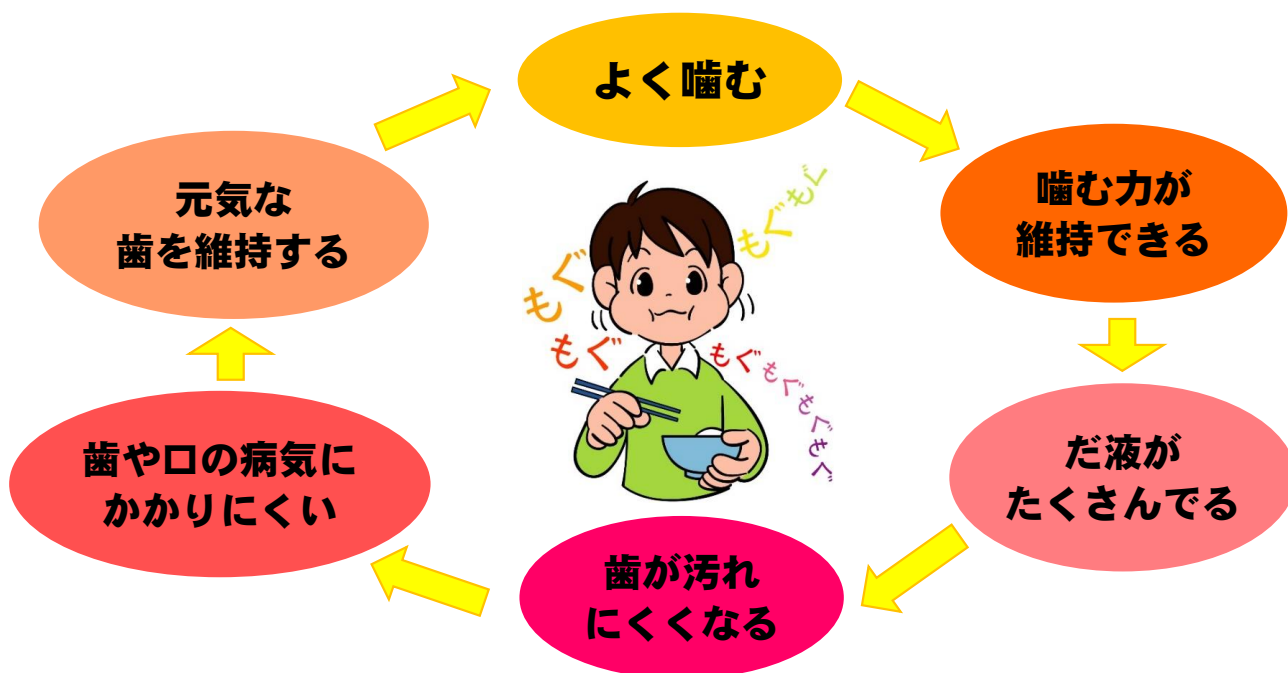
田植えの日には赤飯をふかし、親戚に配ります。また手伝いの人をたのみ大勢でにぎやかに1日で終わらせ、うどんやまんじゅうなど、ごちそうを振る舞いました。

昔は田植えの時期には、まだ野菜が大きく育たなかったため、保存しておいた大根やぜんまい、高野豆腐などを煮しめの材料に使いました。また、稲が「青がれ」という病気にならないように願い、田植えの煮物には緑色の野菜は使いませんでした。



6月4日～10日は歯と口の健康週間です！

歯と口の健康を守るために、よく噛むことを意識して食べましょう！



よく噛むことができるように、6月の給食には、噛み応えのある食べ物や、噛むことを意識してもらいたい料理を『カミカミメニュー』として、毎日1品、取り入れました。

いつもよりも噛むことを意識して食べましょう！