

令和7年2月分

きゅうしょくだより



【旬の食材】 ※太字は、「まつやまのうりんすいさんぶつぶんらんどにんていひん」です。

きゃべつ、はくさい、れたす、みつば、しゅんぎく、ほうれんそう、こまつな、
きょうな、たかな、あおねぎ、しろねぎ、だいこん、
きういふる一つ、うんしゅうみかん、いよかん、ぼんかん、でこぼん、あまくさ、
はるみ、**せとか**、ねーぶる、れもん、はっさく、ぶんたん、**まつやまあぼかど(はす)**、
いか、さば、はまち、ひらめ、ぶり、かわはぎ、ほご(かさご)、**まつやまひじき**、
せとうちのぎんりにぼし など

【行事】 節分



なぜ節分に豆をまくの？

節分は、厄払いや邪気払い、無病息災を願う行事です。
節分の定番といえば、「豆まき」。

豆をまくようになったのは、室町時代とされており、**豆=魔目(鬼の目)**を滅ぼす
ということに由来されているそうです。なお、豆まきに使われる豆は、「福豆」と呼
ばれ、一般的には炒った大豆などが使われます。



大豆からできる食品

大豆は、畑の肉と呼ばれ、たんぱく質を多く含んでいます。



豆腐



油あげ



納豆



みそ



しょうゆ



豆乳



おから



きな粉



福を巻き込む「恵方巻き」

節分の日はその年の「恵方(縁起の良い方角)」を向いて、太巻きを食べる風習で
す。令和7年の恵方は「**西南西**」です。



窒息・誤嚥に注意！

ご家庭で豆類を食べる際または豆まき後に子どもが拾って豆を口に入れる場合も
ありますのでご注意ください。

別紙「食品による子どもの窒息・誤嚥事故に注意！(消費者庁)」をご覧ください。

(基本情報作成：松山市保育・幼稚園課)