

給食だより

(毎月19日は食育の日)



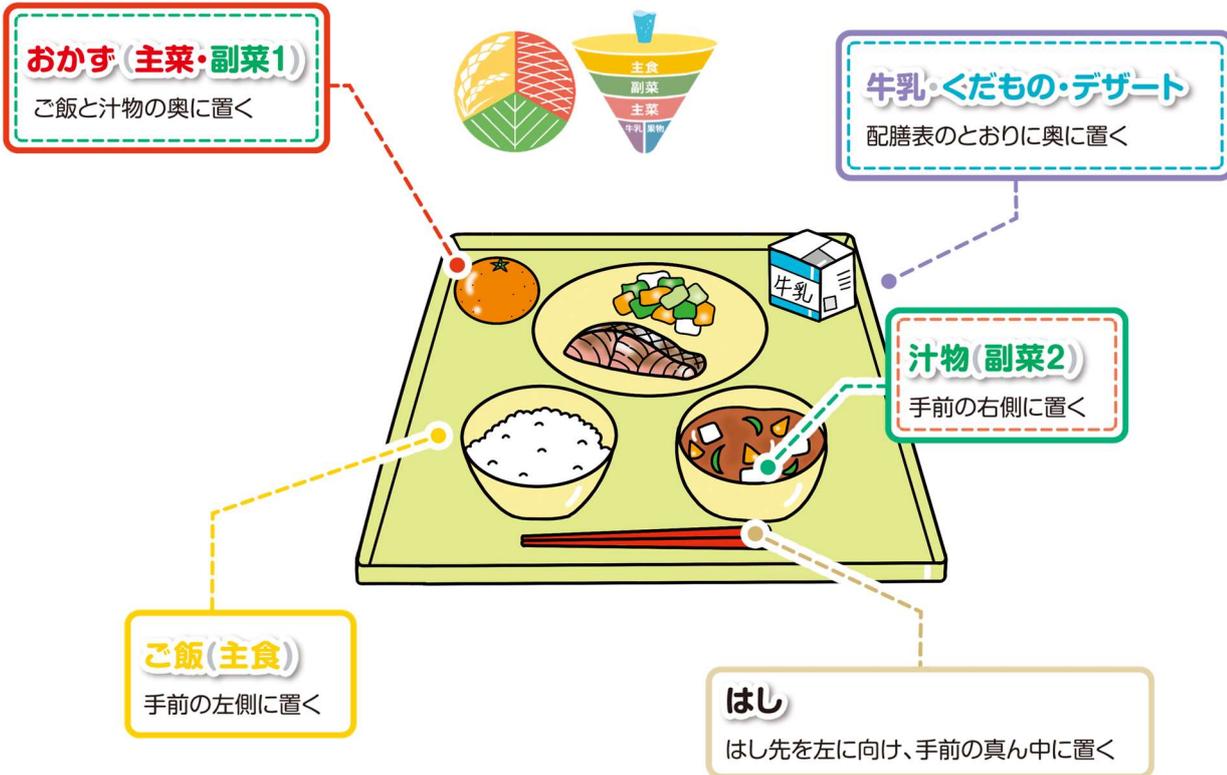
令和6年
9月号
何北中学校

立秋も過ぎ、暦の上では秋ですが、まだまだ残暑の厳しい日が続きます。早寝、早起き、そして朝ご飯をしっかり食べて生活リズムを整え、2学期を元気に過ごせるようにしましょう。

食器を美しく並べて食べていますか？

～配膳のはなし～

食器はランチョンマットやトレーの上であれば、どこに並べてもよいというものではありません。日本での食器や料理の並べ方のスタイルは、室町時代に成立した「本膳料理」^{ほんぜんりょうり}にさかのぼるとされます。給食でも、日本料理の基本的な型を踏まえた並べ方で指導しています(ただし、左利きの子の場合は食べやすいように左右を入れ替えて調整することもあります)。



姿勢をよくして食べよう

食べているときの姿は、意外と周りから見られています。食事マナーは、周りに嫌な気持ちにさせないためにもあります。自分のいつもの食べている姿は、どんなものか一度ふりかえてみましょう。



十五夜

1年の満月の中でも、昔からとても美しいとされてきた「中秋の名月」は、特に「十五夜」ともよばれます。月の美しさを愛でながら、秋の収穫物を供えてお祝いをする伝統があります。

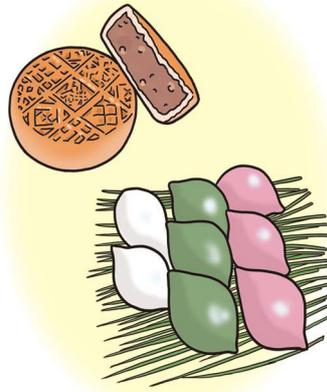


旧暦の8月15日



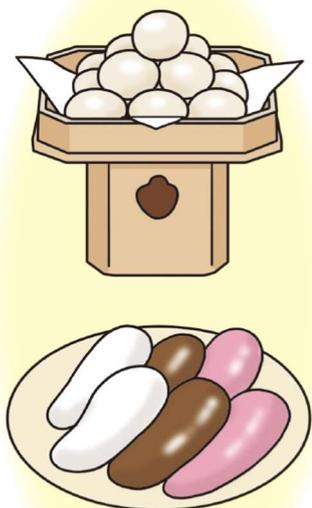
昔の日本で使われていた、月の満ち欠けをもとにした暦(旧暦)では、毎月15日の夜は必ず満月になりました。その中でも旧暦8月15日の満月が「中秋の名月」です。今年は、9月17日になります。

東アジアで広く祝われる



この日の月を愛でる風習は、中国から東アジア一帯に伝わりました。中国や台湾では「中秋節」として国民の休日になり、丸い「月餅」^{ちゅうしゅうせつ}を食べて祝います。韓国では、「秋夕」とよばれ、「松餅」^{ソンピョン}を食べます。

月見団子いろいろ



十五夜には、日本では稲穂に見立てたすすきと、収穫された里芋などをお供えし、秋の実りを祝いました。そのため、「いも名月」とよばれることもあります。また月に似せた丸い団子をお供えするようにもなりました。地域によっては、団子の形がさといもの形やしずく型にするところもあります。

日本独自、二回の月見!



月みれば
ちちにものこそ 悲しけれ
わが身一つの
秋にはあらねど
大江千里

平安時代の宮中では、この日に詩歌管弦の宴も開かれました。また日本独自の風習として、翌月、旧暦9月13日の「十三夜」にもお月見をします。2回お月見をしないと「片見月」として縁起が悪いとっされていたのです。お供えものも少し変わるため、この十三夜を「豆名月」や「くり名月」と呼ぶこともあります

※十五夜、十三夜のどちらを、それぞれ「いも名月」「豆名月」「くり名月」と呼ぶかは地域によって違いもあります。