

# 食育だより

令和5年4月27日  
岐阜市立長良東小学校

## 日本の文化・行事食を楽しもう

日本には、お正月や端午の節句など、四季折々の行事があります。そして、その行事で食べる特別な料理を「行事食」といいます。昔から大切にされてきた行事食には、深い願いが込められています。たとえば、お正月には立身出世を願う出世魚の「ブリ料理」、端午の節句には子孫繁栄を願い、新芽が出るまで古い葉が落ちない柏の葉を使った「柏餅」などです。行事食に込められた願いを未来に引き継ぎ、伝えていきたいですね。

### < 学校給食でとよあげる行事食例 >

<p><b>5月・端午の節句</b></p> <p>さんさいごはん アジのこみあげ かしわもち しんたまねぎのみそしる</p>	<p>男の子の成長を願う日。竹のように、まっすぐにすくすくと育つように筍(たけのこ)を入れた山菜ごはん、子孫繁栄を願う柏餅でお祝いします。</p>	<p><b>5月・鵜飼開き</b></p> <p>かくふのにつけ アユのごみそだれ せりゆうじる</p>	<p>長良川の鵜飼開きを祝い、鮎料理の給食です。岐阜市の歴史ある文化を誇りに思う郷土愛も、高まります。</p>
<p><b>1月・お正月</b></p> <p>ぜんざい ブリのてりやき みかん こぶじる</p>	<p>おせち料理にちなみ、出世魚のブリを主菜に、岐阜の郷土料理のこぶ汁、鏡開きのぜんざいを合わせた、ハレの日の食事です。</p>	<p><b>3月・桃の節句</b></p> <p>ちらしごはん きんしたまご サケのしおやき ゼリー あおさのしんじょ</p>	<p>女の子の成長を願う日。大地の緑、雪の白、桃の花を表した三色の菱餅を食べます。給食では、三色のゼリーとしました。</p>

## 岐阜の味を紹介 鮎(あゆ)

岐阜が誇る長良川。長良川の流域には多くの方が暮らしつつ、美しい清流が保たれています。そして、長良川には鮎が育ち、各地域の歴史や文化、経済と深くつながっています。これらが評価され、「清流長良川の鮎」が「世界農業遺産」に認定されました。美しい長良川が流れる岐阜市に誇りをもてるよう、学校給食では、行事にあわせて鮎料理を味わいます。

### 今月の献立：季節を楽しむ

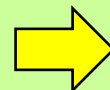
5月は、今しか味わえない旬の食材が豊富にあります。そんな旬の食材や行事食を大切に料理や献立を多く取り入れています。

### 給食の鮎料理

#### 「鮎の薬味だれ」



作り方は  
こちらから



※5月の長良川の鵜飼開きから10月の鵜飼じまいの間に、鮎料理が何度か登場します。鮎をカリッと油で揚げ、薬味だれ、甘だれ、味噌だれなど、いろいろな味で楽しめます。