

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
2日	3日	4日	5日	6日
9日	10日	11日	12日	13日
16日	17日	18日	19日	20日
23日	24日	18日		

南吉井小学校 大西伊織さんのメニュー

冬至の日メニュー

セレクト給食(A献立)

セレクト給食(B献立)

西条市の味めぐり

いただきますの前
いただきますの後は
きれいに手を洗おう!

必ずせっけんを使おう
ゆびの間やつめの先も
ていねいに
きれいなタオルや
ハンカチでふきとる

幸運を呼び込む冬至の食べ物

冬至は、1年で最も太陽の出ている時間が短くなる日で、この日を境に少しずつ日が長くなっていくことから、「一陽来復」(冬が終わり、春になること)とも呼ばれます。昔の人は、太陽の力が弱まると人間の運氣も衰えると考えていたことから、冬至の日に、かぼちゃやあずきを食べて力をつけ、ゆず湯で身を清めて、幸運を呼び込み、無病息災を願う風習が生まれました。

ん のつく食べ物を食べると、幸運になるという言い伝えもあります。

かぼちゃ(なんばん) れんこん ぎんなん きんかん
にんじん かんてん うどん

今年の冬至は
12月21日です。

