

7月 給食たより

江戸川区立小岩第二中学校

今年の6月は比較的涼しく過ごしやすい気候でしたが、気象庁によると7月～9月は全国的に気温は「平年並みか高い」予想となっており、これから本格的な夏がやってくるのが予想されます。6月が過ごしやすい気候だったため、まだ体が暑さに慣れていない人が多いと思います。暑さに慣れていないと熱中症になるリスクが高まります。実際に気温が上がる前に、無理のない範囲で運動や入浴をし、汗をかきやすい体にして暑さに慣れていきましょう。



「七夕」



7日は七夕（七夕の節句）です。昔から1月7日の人日の節句、3月3日の上巳の節句（桃の節句）、5月5日の端午の節句、9月9日の重陽の節句とともに五節句と呼ばれており、日本の伝統行事のひとつです。

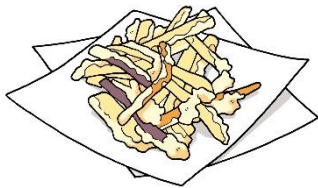
七夕の行事食は、そうめんです。なぜそうめんを食べるのかというと、平安時代の書物に書かれていたとか、天の川に見立てたとか、織物が得意な織姫にあやかっ、裁縫や芸事がうまくなるように願いを込めたとか、古代・中国の「索餅」という料理に由来しているとか、諸説あるようです。

給食には「天の川そうめん汁」を提供します。



8日はデザートに冷凍みかんを出します。

冷凍みかんが初めて発売されたのは1956年の夏、東海道本線小田原駅の売店（後のキヨスク）でした。冬にしか販売できないみかんを、夏場に売るために考え付いたのが「冷凍みかん」だったそうです。



「九州」

10日は、九州地方の郷土料理です。

「がね」は鹿児島県の特産品であるさつまいもを食材とした郷土料理です。さつまいもや野菜を太めのせん切りにし、衣をつけて揚げる料理です。見た目が「かに（鹿児島弁でがね）」に似ていることからこの名前になりました。

「タイピーエン」は熊本県のソウルフードです。中国福建省の家庭で盆や正月、その他の祝い事など特別な日に食べるスープ料理がルーツとされています。



13日は冬瓜汁が出ます。

冬瓜は夏が旬で、皮が厚くかたいので冷暗所などで保存をすれば冬までもつほど日持ちの良い野菜であることから、冬瓜と名づけられたといわれています。冬瓜は95%以上が水分のため、夏の水分補給になるほか、淡泊な味わいのため食欲が減りがちな夏のメニューに重宝されています。

