

## 給食から



---

---

あけましておめでとうございます。  
新しい1年がスタートしました。

まだまだ、寒さが厳しい時期ですので体調管理にはより一層気をつけましょう。

### 「七草がゆ」のいわれ

昔は、旧正月のこの日に野に出て七草の若菜を摘み、  
おかゆを食べて邪気を祓い、  
1年の無病息災を祈る行事として始まったようです。

今では、1月7日に七草の入ったおかゆを食べて、  
お正月にごちそうを食べて疲れたおなかを  
休める意味合いが大きいようです。

