



3月給食たより



2021・2・25(木)

猪苗代町吾妻地区学校給食共同調理場

日ごとに寒さが和らぎ、春がすぐそこまで来ているのを感じます。3月は1年間のまとめの月です。今の学年で食べる給食も残りわずかです。友達と一緒に思い出に残る給食時間を過ごしてくださいね。

卒業と進学を目前に控えた皆さんは、寂しさと同時に、新しい生活への期待に胸をふくらませていることと思います。成長するにつれ、自分自身で食べる物を選んだり、料理を作ったりする機会が増えていきますが、健康な心と体は毎日の食事の積み重ねによって作られます。今まで学んだことや給食を参考に、食べることを大切にしてほしいと願っています。

1年間をふりかえろう



よくかんで味わって食べられた。



1年間の給食時間や家での食事を振り返り、□の中にチェックしよう!

よくできたこと...○ 時々できたこと...○ できなかったこと...△

給食前にしっかりと手洗い・消毒ができた。

手を洗うときや配膳の時に前の人と間をあけて並べた。

ごはん・汁・おかずなど正しい配膳ができた。

落ち着いて給食を運べた。

食べるとき以外マスクをしていた。

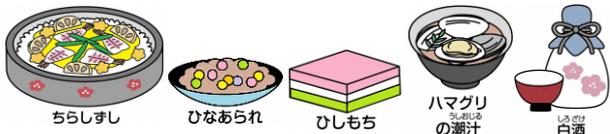
「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつがきちんとできた。

前を向いて、しずかに食べられた。

自分に必要な量を意識して、なるべく残さず食べられた。

早ね・早おき・朝ごはんなど規則正しい生活ができた。

3月3日「ひなまつり」



ひなまつりは、「桃の節句」や「上巳の節句」ともいい、ひな人形や桃の花を飾り、女の子の健やかな成長と幸せを願ってお祝いする日本の伝統的な行事のひとつです。行事食は、旬の食材を使ったちらしずしやハマグリのお汁、ひしもち、ひなあれなどがあり、それぞれ願いを込めて食べられます。

春のお彼岸とぼたもち



春分の日を挟んだ1週間は、春のお彼岸です。仏教では西に極楽浄土があるとされることから、真西に太陽が沈むこの時期に、お墓参りをしてご先祖様をしのびます。同じように秋にもお彼岸があります。お彼岸の食べ物といえば、「ぼたもち」と「おはぎ」。どちらも、もち米とうるち米を混ぜて炊いたご飯をつぶして丸め、小豆のあんなどで包んだものです。



季節の花にちなみ、春は牡丹で「ぼたもち」、秋は萩で「おはぎ」と呼ばれます。形もぼたもちは、牡丹の花のように丸く、おはぎは、萩の花のように細長いたわら型で作られていたといわれています。