

# 3月 給食だより

令和5年度 3月号  
佐賀市立春日北小学校

## 給食から、どんなことを学びましたか？

卒業や進級など節目を迎える時期となりました。給食は、「心と体の栄養になるように」「おいしく安心して食べられるように」など、たくさんの思いを込めて作っています。皆さんは、給食を食べながら、どんなことを感じ、学んだのでしょうか？  
今年度の給食もあと少しで終わりです。この1年を振り返るとともに、残りの日々も給食をしっかり食べて、元気に学校生活を送ってほしいと思います。



## 3/3 ひな祭り



3月3日は「ひな祭り」。女の子の健やかな成長を願ってお祝いをする日本の伝統行事です。現在のように、ひな人形を飾るようになったのは江戸時代のことで、もとは人形を身代わりにして邪気をはらう「流しびな」が起源とされます。行事食として、ちらしずし、はまぐりのお吸い物、ひしもち、ひなあられなど、華やかな食べ物が並びます。



はまぐりのお吸い物



ちらしずし



ひしもち

## ひしもちの意味

地域によって違いが見られますが、「緑・白・桃」の3色のもちを重ねたものが定番です。これは雪の下から新芽が芽吹き、桃の花が咲くという、春の様子を表現しています。また、緑色には健康、白色には清浄、桃色には魔除けの願いが込められています。ひなあられは、もとはひしもちを砕いて作られていました。



ひなあられ

きゅうしょくじかん  
給食時間を  
ふりかえり  
振り返ろう

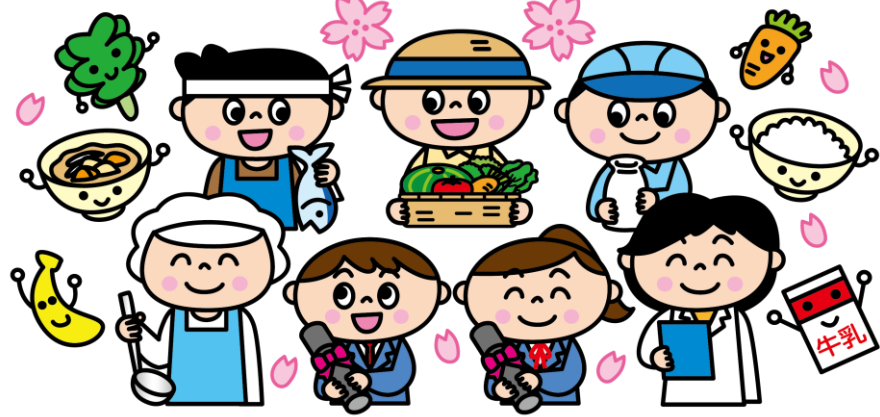
# 「食育」チェックシート



この1年の給食時間を振り返り、できたことに○を付けましょう。

<p>きゅうしょく まえ て <b>給食の前に手を きれいに洗えた</b></p>	<p>きゅうしょくとう ばん み じ たく <b>給食当番の身支度 をきちんとできた</b></p>	<p>しょくじ <b>食事のあいさつを 心を入れて言えた</b></p> <p>いただきます</p>
<p>しょくき ただ なら <b>食器を正しく並べ ることができた</b></p>	<p>はし ただ も <b>お箸を正しく持ち、 上手に使うことが できた</b></p>	<p>あじ <b>よくかんで味わっ て食べることがで きた</b></p>
<p>ちいき さんぶつ しょくぶん <b>地域の産物や食文 化を知ることがで きた</b></p>	<p>にほん でん どうぎょうじ <b>日本の伝統行事と 行事食について知 ることができた</b></p>	<p>しょく <b>バランスのよい食 事の組み合わせが わかった</b></p> <p>牛乳・乳製品</p> <p>くだもの 果物</p> <p>しゅじやく 主食</p> <p>しゅざい 主菜</p> <p>ふくざい 副菜</p>

## ご卒業おめでとうございます



「食べる」というのは、動物や植物など、いろいろな生き物の命をいただくことです。その命をつないで、私たちは「生きる」ことができます。また、多くの人の支えがあって「食べる」ことができています。これからも感謝の気持ちを忘れずに、「食べる」ことを大切にしてください。