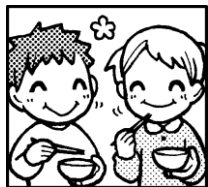


給食を通して学んだことをふり返ろう

今年度も残りわずかとなりました。この一年間の給食はどうでしたか？ 4月から給食がみなさんの体や心の栄養になるように、また、給食を通しマナーや食文化などを伝えてきました。3月はそんな1年間をふり返り、できるようになったことや、これからがんばりたいことを考えてみましょう。

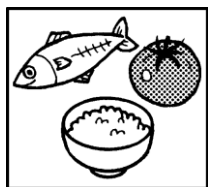
①食事は、人間が生きていく上で欠かすことのできない大切なものであることがわかりましたか？



②食べる前に手洗いうがいをしたり、栄養バランスのよい食事をとったりして、健康に気をつけることができましたか？



③学校給食にはいろいろな食品が使われていることを知り、食品の名前や料理の名前を知ることができましたか？



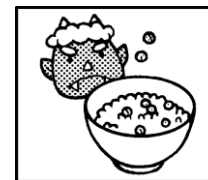
④給食は生産者・調理員・栄養士など多くの人びとによって支えられていることを知ることができましたか？



⑤配ぜんや盛りつけを丁寧に行ったり、食事のマナーに気をつけたり、一緒に食べる人を思いやることができましたか？



⑥自分たちの住む地域に昔から伝わる料理や、行事食などの食文化を知ることができましたか？



家族そろって食事をする時間を

みなさんの家庭では、家族そろって食卓を囲んでいますか？ 毎日、いつもの食卓で心を通わせながら食べると、互いの心や体の調子を知ることができます。そのほか、食事のマナーが自然と身についたり、親子間でのコミュニケーションの時間が増えたりします。一方で、一人で食べる「孤食」をしていると、食事のマナーがおろそかになったり、「ながら食べ」になったりしがちです。家庭での食事は家族でおいしさや楽しさを共有する大切な時間に見ませんか。

伝えよう日本の味



「ひなまつり」



3月3日は、「桃の節句」と呼ばれ、子どもの健やかな成長と幸せを願う日です。

ひな人形を飾る風習は、室町時代頃に始まり、一般に広まったのは、明治時代以降からです。それまでは、厄をはらうために、紙の人形を飾っていました。

桃の節句に作られる行事食には、ハマグリのお吸い物・ひしもち・ちらし寿司などがあります。

