

食育だより

第12号
令和8年2月27日
文責：学校栄養職員 奥田

1年間ありがとうございました！

まだ寒さの残る日はあるものの、吹く風に春の到来を感じる季節となりました。6年生の皆さん、ご卒業おめでとうございます。1～5年生の皆さん、進級おめでとうございます。
今月は、卒業や進級を控えた皆さんへ、応援やお祝いの気持ちを込めた給食を提供します。楽しみにしていただきね★



知っているかな？3月の食文化

3/3 ひなまつり (上巳の節句・桃の節句)

女の子の健やかな成長を願う節句です。

赤・白・緑の3色のひしもちや

ちらし寿司、ひなあられなどでお祝いをします。

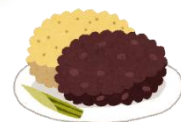


3/17～ お彼岸

春分の日を中心とした前後3日間が「お彼岸」です。

お墓参りをして、ご先祖様に感謝を伝える日です。

お彼岸にはおはぎを食べますが、春は牡丹の季節なので「ぼた餅」と呼ばれます。



《番外編》**赤飯** (3/18 お祝い給食)

赤飯は、もち米に「小豆」または「ささげ豆」を混ぜて蒸したごはん、おめでたい席で食べられる伝統的な料理です。

日本では古くから赤い色には悪いものを追い払うと

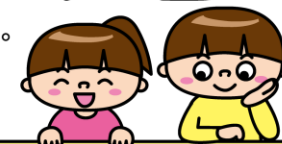
信じられていたことから、お祝いのときに食べられるようになりました。



1年をふりかえろう！給食チェックめいろ

めいろのルール

- ①すべての質問に答えられるよう、道を探して進むこと。
- ②同じ道を通らないこと。
- ③ゴールしたら、答えの合計得点を計算すること。



スタート

Q. 給食の前にしっかり手を洗えましたか？

よくできた…5点
まあまあできた…3点
できなかった…0点

Q. 食事のあいさつができましたか？

よくできた…5点
まあまあできた…3点
できなかった…0点

Q. 好ききらいなく食べられましたか？

食べられた…5点
まあまあ食べられた…3点
食べられなかった…0点

Q. 給食当番を協力してできましたか？

よくできた…5点
まあまあできた…3点
できなかった…0点

Q. よくかんで食べることができましたか？

よくできた…5点
まあまあできた…3点
できなかった…0点

Q. 給食時間を楽しまれましたか？

とても楽しめた…5点
まあまあ楽しめた…3点
あまり楽しめなかった…0点

Q. おはしを使って上手に食べることができましたか？

よくできた…5点
まあまあできた…3点
できなかった…0点

Q. いろいろな食べ物を知ることができましたか？

よくできた…5点
まあまあできた…3点
できなかった…0点

ゴール

計算式

[] = 点



- 35点～40点…よくがんばりました！**
すばらしいです！1年間、給食の時間をとても大切にすごせましたね。これからも、おいしく楽しく、みんなのお手本になれるあなたに期待しています。
- 25点～34点…よくできました！**
がんばりましたね。給食の時間に大切なことをたくさんできるようになりました。次は、もう少しがんばれるところを探して、挑戦してみよう。
- 15点～24点…もう少しがんばろう！**
給食の時間、楽しくすごせていますか？次は、「これだけががんばろう！」ということを一つ決めて、取り組んでみましょう。
- 0点～14点…もっとがんばろう！**
できなかったこと、楽しめなかったことなど、先生やお友達に相談しながら、一つずつできるようにしていきましょう。きっと、もっと楽しい給食の時間にできますよ！