

給食だより 3月号



令和3年3月
郡山市立桑野小学校

卒業・修了おめでとうございます！

3月になりました。6年生のみなさんはもうすぐ小学校を卒業し、1～5年生のみなさんは今の学年を修了しますね。この1年はどのような1年だったでしょうか。ぜひお友達や先生と話をして振り返ってみるとよいですね。

同時に、今年度の給食も残りわずかとなりました。本校の給食運営にご協力いただき、ありがとうございました。最後まで安全でおいしい給食を提供いたしますので、よろしくお願いいたします。



～1年間を振り返りましょう～

4月からの1年間の食生活を振り返り、守れたことやできるようになったことを考えてみましょう。

 <p>○給食当番の仕事はしっかりできた</p>	 <p>○マナーを守って楽しく食事ができた</p>	 <p>○感謝の気持ちを持って食事ができた</p>	 <p>○苦手な食べ物にも挑戦できた</p>
 <p>○食材や旬について知ることができた</p>	 <p>○日本や世界の食文化を知ることができた</p>	 <p>○毎日、朝ごはんを食べることができた</p>	 <p>○おやつを食べるときは時間と量を決めて食べることができた</p>
 <p>○食事の前に手を洗った</p>	 <p>○家でも食事のお手伝いができた</p>	<p>この他にも、「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつができた、よく噛んで食べることができたなど、たくさん考えてみましょう。</p> <p>できたことはそのまま続けていき、できなかったことは来年度の目標にしてくださいね。</p> 	

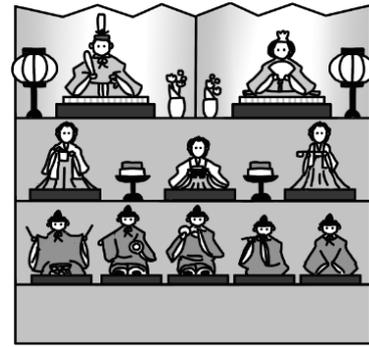


3月3日は「ひなまつり」



日本の伝統的な年中行事の1つである「ひなまつり」。旧暦の3月3日は「上巳（じょうし）の節句」と言って、五節句の1つ。この頃は季節の変わり目で邪気が入りやすいとされていました。そのため、上巳の節句である3月3日に、紙や草で作った人形で自分の体をなでてけがれをうつし、川や海に流す習慣がありました。

武家社会で5月5日の男の子の節句ができると、上巳の節句は女の子の節句として定着し、人形も流すものから飾るものへと変化していきました。



ひなまつりの食べ物

ひしもち…下から緑・白・赤のひし形のおもちを重ねたもの。



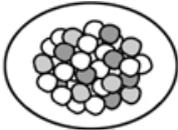
この3色には、健やかな成長への願いが込められています。

緑：長寿や健康。新緑や若葉の色。

白：清浄（清らかでけがれないこと）。雪の色。

赤：魔除け。桃の花の色。

ひなあられ…「桃・緑・黄・白」の4色で構成されたあられ。



「春夏秋冬」を表しており、「1年を通して娘の幸せを祈る」という意味が込められています。

ひしもちと同じ3色の意味のものもあります。

ちらし寿司…食べられるようになった理由には諸説ありますが、



えび（長寿）やれんこん（見通しがきく）など、縁起の良い山海の幸がたくさん使われており、見た目も華やかでお祝いの席にふさわしいことから、定番のメニューになったといわれています。

これらのほかにも、はまぐりのお吸い物や白酒（甘酒）などがあります。

今

月

の

食

べ

物

ク

イ

ズ



Q1・ひなまつりは別名「〇〇の節句」とも言われます。〇〇に入る花の名前はどれ？

- ① もも
- ② ばら
- ③ ゆり



Q2・3月はいちごがおいしい季節。いちごの表面にあるつぶつぶは何？

- ① 果実
- ② たね
- ③ くき



Q3・「さかなへん(魚)」に「はる(春)」と書く、魚の名前は？

- ① ぶり
- ② さわら
- ③ ししゃも



クイズの答え：①
旧暦の3月3日はちやうとも花が咲く時期であることから、こう呼ばれています。

クイズの答え：①
果実です。種のように見えるつぶつぶの正体は、

クイズの答え：②
さわらの旬は地域によって違い