

給食だより

令和7年度3月号 志木市立志木第二小学校



ひなまつり



日に日に春の訪れを感じられるようになりました。早いもので、今年度も残りわずかです。3月は給食や食について学んできたことをふりかえりましょう。

1年間をふり返ってみよう

1年間をふり返って、よくできたものの口には○をつけてみましょう。

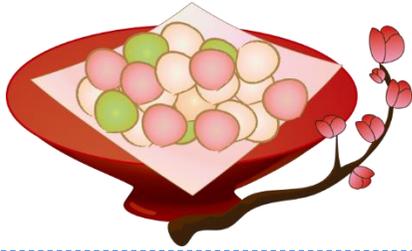
<input type="checkbox"/> 朝ごはんは毎日しっかり食べてきましたか？ 	<input type="checkbox"/> 食事の前の手洗いはしっかりできましたか？ 	<input type="checkbox"/> 給食当番の仕事をきちんとできましたか？ 
<input type="checkbox"/> 食器を正しく配膳して食べることができましたか？ 	<input type="checkbox"/> 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつはきちんとできましたか？ 	<input type="checkbox"/> はしを正しく使って使うことができましたか？ 
<input type="checkbox"/> よい姿勢で食事のマナーを守って食べられましたか？ 	<input type="checkbox"/> よくかんで食べられましたか？ 	<input type="checkbox"/> 季節の食べ物や行事食を楽しめましたか？ 
<input type="checkbox"/> クラスのみんなと楽しい給食の時間になりましたか？ 	<input type="checkbox"/> 栄養バランスを考え、すききらいなく食べることができましたか？ 	<input type="checkbox"/> おやつは食べる時間と量を決めて食べることができましたか？ 

3月3日はひなまつりです。ひなまつりは、女の子の成長やしあわせを願う行事で、「桃の節句」ともいわれます。もとは草や紙で作った人形で体をなでて災いをうつし、それを川や海に流しておはらいをしたのがはじまりといわれています。

ひなまつりの食べ物のひとつ、『ひなあられ』は、むかし、ひな人形に春の景色をみせてあげるため、女の子たちがひな人形を持っての山に出かける「ひなの国見せ」という風習があり、お弁当と一緒にひなあられを持っていったことがはじまりだそうです。

伝統的なひなあられは、関東地方と関西地方で形が異なります。

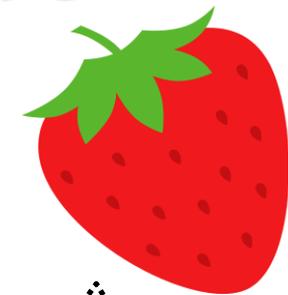
関東では、米のポン菓子に砂糖などで味をつけたもの、関西で乾燥もちを揚げて、しょうゆや塩、青のりなどで味をつけたものです。



3月のおすすめ食材 ~いちご~

冬から初夏にかけて、いちごが店に出回り、赤い色と甘い香りに誘われます。いちごは、石器時代のころから、野生のものが食べられていました。その後、江戸時代後半にオランダからいちごが持ち込まれ、畑で作られるようになりました。はじめは食べるよりも見るものとして広まりました。

昭和30年代になり、ビニール栽培で多く作られ、一般の人々が食べるようになりました。最近では埼玉県オリジナルいちご品種「あまりん」が全国いちご選手権で金賞を受賞しております。みなさんも沢山のいちご種類の中からお気に入りのいちごを探してみてくださいはいかがですか！



いちごは先にいくほど甘くなります。へたをとって、へた側から食べると最後まで甘味を感じます。

いくつ○がつきましたか？

○が9個以上 すばらしい☆新しい学年もこの調子で！

○が6~8個 あともう一步。できなかったことはつぎの学年でがんばってみよう。

○が0~5個 できそうなことからチャレンジして、できることをどんどんふやそう！

* 1年間ありがとうございました *

この1年間、どの学年もたくさん給食を食べてくれて、ありがとうございました。これからも、安心して安全な給食が提供できるよう調理員一同、頑張ります！6年生のみなさん、残り少ない志木二小での給食を楽しんでください(^ ▽ ^)