



食育だより



令和8年 2月27日
上尾市立芝川小学校

寒い日が続きますが、日に日に春らしさを感じる陽気になってきました。早いもので、今の学年で過ごす日も残りわずかです。そこで3学期は、学年での交歓給食を行います。2月19日は1年生の交歓給食です。この日は6年3組が考えた「色とりどりの給食」でした。「ドライカレーホワイトソース・牛乳・こんにやくサラダ・ラムネゼリー」です。どのクラスも上手に配膳をし、3クラスで楽しく給食を食べることができました。

<色とりどりの給食>



ひな祭りのおはなし

毎年3月3日は、女の子の健やかな成長と幸せを願い、お祝いをする「ひな祭り」です。ひな人形や桃の花を飾り、さまざまな願いを込めた料理やお菓子をいただきます。季節の節目となる五節句（五節供）の一つ「上巳の節句」でもあり、季節の花にちなんで「桃の節句」とも呼ばれます。



ひな祭りの始まりは、平安時代までさかのぼります。古代中国から伝わった「上巳節」という厄払いの風習と、貴族の女の子たちの間で流行した人形遊びが結びつき、人形に災いを移して川に流す「流しびな」の風習が生まれました。その後、豪華なひな人形を飾るようになり、江戸時代には一般の人びとの間へも広がっていき、現代のようなひな祭りが行われるようになりました。

各地のひな菓子



おこしもん
(愛知県)



いがまんじゅう
(愛知県西三河地域)



ひちぎり
(京都府)



おいり
(鳥取県)



からすみ
(岐阜県)



くじらもち
(山形県)



ひなまんじゅう
(岩手県)



うすまきもち
(香川県)



きゅう しょく

しょく せい かつ

ふ

かえ

給食 & 食生活を振り返ろう



ねん この1年のまとめとして、給食時間や日ごろの食生活を振り返ってみましょう。

なか の中に [よくできた…○、時々できた…△、全然できなかった…×] を書き入れましょう。



<p>きゅう しょく じ かん 給食時間を 振り返って</p>	<p>きゅうしょくとうばん し こと 給食当番の仕事を きちんとできた</p>	<p>まえ む しず 前を向いて静かに 食べた</p>
<p>じ ぶん ひつ よう りょう 自分に必要な量を 考えて食べることが できた</p> <p>すく 少なめ ぶつう おおも 大盛り</p>	<p>かんしゃ きも 感謝の気持ちをもって、 なるべく残さず食べる ことができた</p> <p>かんしゃ 感謝</p>	<p>じ かん ない た お 時間内に食べ終わる ことができた</p> <p>ごちそうさま でした</p>

<p>しょく せい かつ 食生活を 振り返って</p>	<p>あさ まい にち 朝ごはんを毎日 食べた</p>	<p>じ かん りょう おやつは時間と量を 決めて食べた</p>
<p>よく かん で 食べる ことができた</p>	<p>し ぼう ぶん えん ぶん 脂肪分や塩分の とり過ぎに気がつけた</p> <p>す ちゅう い とり過ぎ注意!</p> <p>塩</p>	<p>ぎょう じ しょく きょう どりょう り 行事食や郷土料理 に興味を持つことが できた</p>

てん ○…10点、△…5点、×…0点

さい てん として、採点してみよう!

/ 100 点

なん てん 何点でしたか? こう ちく できなかつた項目は、これから意識して取り組んでみてください。