

3月 二戸食だより

3月こんだてのおしらせはこちらからご覧いただけます。



二戸市学校給食センター 給食だより

◆～毎月19日(食育の日)から1週間は、「二戸食週間」、毎月25日は「二戸食の日」です～



朝晩の冷え込みが続くものの、日に日に春らしさを感じる陽気となりました。今年度も残すところ、あとひと月となります。3月は、卒業や進級へ向けて一年のまとめをする時期でもあります。これからも心身ともに健康に過ごすことができるよう、この一年の食生活についても振り返る機会としたいですね。

1年間、ありがとうございました

今年度も給食運営へのご理解とご協力をいただきまして、ありがとうございました。引き続き、安心・安全な学校給食を提供できるよう、職員一丸となり努めてまいります。



なぜ、お祝いのおきに「お赤飯」を食べるの!?



日本では、赤ちゃんのお食い初めをはじめ、七五三や入学・進級・卒業、成人式、結婚式など、お祝い事のおきに「お赤飯」を食べる風習があります。お赤飯は、もち米に小豆やささげを混ぜて蒸したり炊いたりしたもので、中国から伝わった「赤米」がルーツとされています。赤い色が悪いものを追い払うと信じられていたことから、人生の節目となるお祝い事のおきに食べられるようになりました。地域によっては、他の豆を使ったり、砂糖を入れて甘くしたりと、さまざまなお赤飯が食べられています。

ひな祭りの食べ物

ちらしずし



酢飯の上に、縁起の良い食べ物、旬の食べ物を彩りよく散らしたおすし。ひな祭りの食べ物として定着したのは最近のことで、もとは、塩漬けにした魚と米を発酵させた「なれずし」が食べられていたとされています。

ひしもち



緑・白・桃(ピンク)の3色を重ねた、菱形のもち。雪の下から新芽が芽吹き、桃の花が咲く春の様子を表現しているときれますが、色や形、重ね方など、地域によって違いがあります。

ひなあられ



もとはひしもちを砕いて作られていました。関東と関西で大きく異なり、関東地方では米粒形の甘いポン菓子、関西地方では直径1cmほどの丸形のあられが親しまれています。

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. 好き嫌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. 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ら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. 給食時間を楽しめましたか?

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

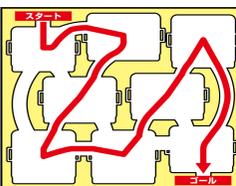
ゴール

けいさんしき 計算式

合計 点



めいろのこたえ



- 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こせましたね。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、挑戦してみましょう。
- 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、「これだけがんばろう!」ということを決めて、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!

ご卒業おめでとうございます

この一年で、こども達は心身ともに大きく成長したと思います。今食べている食事は、“未来の自分”をつくる土台となります。食育や給食を通して学んだことを活かし、これからの生活がより健康で充実したものになることを願っています。

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。残りわずかな今年度の給食が楽しい思い出になりますように。