

3月食育だより



この1年間、食育だよりでいろいろなことをお伝えしてきました。生徒のみなさんも、さまざまなことを学んだことと思います。1年間の振り返って、今までに学んだことをこれからの生活に生かしていきましょう。

1年間の総まとめ 食生活をふりかえろう

1年間の食生活を振り返って、できたことに○をつけてみましょう。できたことはこれからも続け、出来なかったことは「なぜできなかったのか」を考えて、改善していきます。

☐ 朝ごはんを毎日食べた

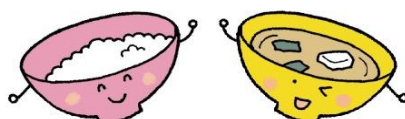
☐ 好ききらいをしないで食べた

☐ 間食は時間と量を決めてとった

☐ よくかんで食べた

☐ 食事の前に石けんで手を洗った

☐ 食事のマナーを守って食べた



豊中市の中学校給食でも、3月3日(月)に、ひな祭りをお祝いする献立が出ます。

桃の節句

3月3日は、「桃の節句」とも「上巳じょうしの節句」とも呼ばれ、女の子の健やかな成長と幸せを願う日です。ひな人形を飾る風習は、室町時代頃に始まり、一般に広まったのは、明治時代以降といわれています。それまでは、厄をはらうための紙の人形だったといわれています。桃の節句につくられる行事食には、はまぐりのお吸い物やひしもち、ちらしずしなどがあります。

