

きゅうしょくだより

渋谷区立幡代小学校
校長 加納一好
主任栄養教諭 島崎聡子
令和5年2月28日

朝晩の冷え込みがだんだんとやわらぎ、日差しの温かさに春の訪れが感じられるようになりました。3月は1年のまとめの月です。自分自身の食生活や、給食を通して学んだこと、できるようになったことなどを振り返り、よりよい食生活を送ってほしいと思います。

1年間の給食を振り返ろう

この1年間の給食を振り返り、よくできたことには○をつけてみましょう。

<p>給食の前にはしっかりと手を洗えた。</p> 	<p>手を洗うときや、給食を配膳するときなど、前の人と間をあけて並べた。</p> 	<p>給食当番のときに、身じたくをきちんとできた。</p> 
<p>食べるとき以外、マスクをしていた。</p> 	<p>「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつがきちんとできた。</p> 	<p>前を向いて、静かに食べられた。</p> 
<p>よくかんで味わって食べることができた。</p> 	<p>なるべく残さず食べられた。</p> 	<p>感謝の気持ちをもって食べることができた。</p> 

○は何個付けられましたか？○が付けられなかったところは、これから気を付ける目標になります。ご家庭で話題にいただければと思います。

ご家庭でもワンダフル給食を！



渋谷区ワンダフル給食は、今年度も学校法人服部学園服部栄養専門学校のご協力により、5月から2月まで全9回実施しました。毎回「今日はワンダフル給食だ！」と、献立表を見て給食時間を楽しみにしている子供たちの様子に、この取組の定着を感じます。

渋谷区ワンダフル給食プロジェクトHPでは、実施した給食のレシピが紹介されています。ぜひご覧ください。ご家庭でもお試しください。ご家庭でもお試しください。



渋谷区
ワンダフル給食
プロジェクトHP

3月の歳時記

じょうし 上巳の節句(3月3日)

「ひなまつり」は五節句の一つで「桃の節句」ともいいます。

ひな人形には病気をせずに元気に育てほしいという願いが込められています。行事食として、ちらしずしやハマグリの潮汁、ひなあられ、ひしもちなどが食べられています。

ところで、「ひなあられ」といえば、どんなものを思い浮かべますか？実は、正月のお雑煮に入れるお餅の形のように、関東地方と関西地方で違いがあります。

関東風は、うるち米を爆ぜさせて作る“ポン菓子”を、砂糖などで甘く味付けしたもので、関西風は、乾燥させたお餅を焼いたり揚げたりして作る“おかき”を塩やしょうゆなどで味付けしたもので、色合いも味も違いますね。ご家庭ではいかがでしょうか。

東京都平和の日(3月10日)

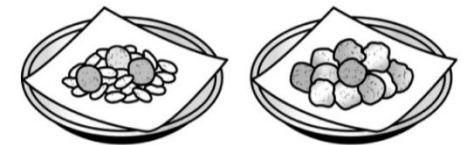
第二次世界大戦中、日本の各地で空襲があり、東京は100回以上の空爆を受けました。特に規模や被害が大きかった昭和20(1945)年3月10日未明の空襲が「東京大空襲」と言われています。この日、東京では一夜にして多くの尊い命が失われ、いたるところが焼け野原と化しました。

東京都では、このような戦争を二度と繰り返さないよう、そして戦争の悲惨さ、空襲によって多くの命が失われた事実を忘れないために3月10日を「東京都平和の日」と制定しました。

本校では、「東京都平和の日」にちなんで献立を実施します。「すいとん」といっても、給食のすいとんは具沢山ですが、給食でも平和について考えることができればと思います。



東西で違う!? ひなあられ



関東風ひなあられ

関西風ひなあられ

