



給食だより

令和7年度
美保里こども園

今年度も最後の月となりました。子供たちは、1年間の様々な行事や活動を通して体も心も大きくなり、たくさんの思い出を作ったことでしょう。給食を食べる量も増え、残さず食べてくれるので、成長した子供たちの笑顔を見るとうれしく思います。給食が子供の楽しみ一つになるように食に興味を持つことができればいいなと思います。

☆ 楽しい食事から育つもの

子どもたちに、おいしいものを食べる力だけでなく、五感をしっかり使った食べ方が必要です。楽しい食事体験は、五感を育て、食べる意欲を育てます。それには、生活全体を見通した食育での働きかけが重要です。

☆ 食べる意欲 ⇒ 生きる意欲

食べる意欲の大切さを毎日の生活を通して伝え、わかってもらいましょう！

① 幼児期からの食事体験



② 家族そろっての楽しい食事



③ 規則的な生活リズムの確立



④ 快眠・快食・快便・自立生活



★きゅうしょくじかんのいちばんのおもいではなにか？

おしえてほしいな★♡提出期限は3/14です♡

たとえば、いちばんすきなめにゆーはなんだったかな？

くみ なまえ

3月3日は「ひなまつり」

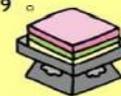
女の子の節句として祝われている「ひなまつり」は「ひなの節句」「桃の節句」とも呼ばれ、ひな人形を飾り、桃の花、白酒、ひしもち、あられなどを供える風習があります。



ひしもち

「健やかに育てほしい」という思いが込められています。

- 紅・・・桃の花の色を表し、魔よけとされていて、くちなしの実で色づけがされています。
- 白・・・雪の白として、洗浄の意味を表しています。ひしの実を入れ長寿を願っています。
- 緑・・・新芽の色を表し、健康を意味しています。厄除けの力があるとされています。



ひなあられ

お米を蒸して乾燥させたものを煎って膨らませ、食用の色粉などの色をつけたものです。主に、桃色、緑色、黄色、白色の4色で、それぞれ四季をあらわしているといわれ1年を通じて健康でいられますように、という願いが込められています。

