

# 食育 & 給食だより

(お家の人と一緒に読んでね)

## 給食時間を振り返ろう 「食育」チェックシート

この1年の給食時間を振り返り、できたことに○を付けましょう。

<p>給食の前に手をきれいに洗えた。</p> 	<p>給食当番の身支度をきちんとできた。</p> 	<p>食事のあいさつを心を込めて言えた。</p> <p>いただきます</p> 
<p>食器を正しく並べることができた。</p> 	<p>箸を正しく持ち、上手に使うことができた。</p> 	<p>よくかんで味わって食べる事ができた。</p> 
<p>地域の産物や食文化を知ることができた。</p> 	<p>日本の伝統行事と行事食について知ることができた。</p> 	<p>バランスのよい食事の組み合わせがわかった。</p> 

### 3/3 ひな祭り



3月3日はひな祭りです。桃の花がきれいに咲くことから「桃の節句」とも言います。女の子の成長と幸せを願ってひな人形を飾り、桃の花などの色とりどりのお供え物をして、「ちらし寿司」「ひなあられ」「はまぐりのうしお汁」などのごちそうを食べてお祝いします。



ちらし寿司



ひなあられ



はまぐりのお吸い物