3月の給食だより

志木市立宗岡小学校令和５年度３月号

寒さもゆるみはじめ、春の訪れが感じられます。今年度も残りわずかとなりました。１年間の学校生活はどうでしたか？

今年度も毎月献立表や給食だよりを見ていただき、そして本校の学校給食にご理解・ご協力ありがとうございました。

ひなまつり

ひな祭りは、女の子の成長や幸せを願う行事で『桃の節句』とも言います。もとは草や紙で作った人形で体をなでて災いをうつし、それを川や海に流して取り除いたのが始まりと言われています。それは災いを流してくれると信じていたからです。『寿司』は『寿を司る』と書くことから縁起がよいと言われお祝い事があるときに食べられてきました。

ひな祭り献立は4日の給食で『春のちらしずし』を出します。

一年間の給食をふりかえろう（マルをつけてみましょう）

学校給食は、みなさんの成長はもちろん、食に関する正しい知識や食習慣を身につけてほしいという願いを込めて作っています。３月は給食や食事について今まで学んできたことをふりかえり、進級・進学にむけて自分の食生活を整える準備をしてください。

特に今年度は『えんぴつの持ち方とおはしの持ち方』を正しくできるようにしようと伝え続けてきました。できるようになりましたか？これからもこころがけてください。

あさごはんはまいにちしっかりたべてきましたか？

しょくじまえのてあらいはしっかりできましたか？

きゅうしょくのランチョンマットはまいにちきれいなものをもってきましたか？

おさらをただしくおくことができましたか？

じゅんびのときもたべるときも、しずかにできましたか？

よいしせいでマナーをまもってたべられましたか？

かたづけまできちんとできましたか？

おはしは、ただしくつかえましたか？

「ありがとう」の反対の言葉とは？

『ありがとう』の反対の言葉、なんだと思いますか？

世界中の人々から愛され、そして尊敬されたマザー・テレサは『ありがとう』の反対の言葉は『あたりまえ』と言ったそうです。漢字で『ありがとう』は『有難う』と書きます。『有ることがとても難しい』、つまり貴重で大切だということです。だから感動し、感謝するのですね。それが『あたりまえ』だと思ってしまえば、驚きも感謝の気持ちも生まれません。

太陽のことを『お日様』といいますね。日の光をありがたいものだという気持ちの表れだと思います。一度、身の回りの『あたりまえ』に目を向けてみましょう。それがなくなってしまったら…きっと『ありがたい』と思えること、たくさんありますよね。

毎日3度の食事ができることは、はたして『あたりまえ』でしょうか？
給食が出ることは『あたりまえ』でしょうか？
給食で使ったものを洗ってもらうのは『あたりまえ』でしょうか？

毎日『あたりまえ』のようにあるものが、実はたくさんの人のおかげであることを忘れず、心から『ありがとう』と言える人でいてください。

栄養士のひとりごと～感謝をこめて～

みなさん、今年度の給食はどうでしたか？今まで前を向いて黙食でしたが、今年度からは班になって向かい合って食べられるようになりました。そして、みなさんにはもっと食に興味を持ってもらいたいと思い、色々な献立を考えました。楽しくしっかり食べられたでしょうか？給食も思い出の１つになっているとうれしいです。

給食時間に教室をまわっていると、「おいしかった！」「また出してほしい！」などたくさん声をかけてくれました。ありがとうございました。

進級・進学すると給食の量も増えます。それはみなさんの成長のために必要な栄養量です。これからも自分のためにしっかり食べ、健康な体と心を作っていってほしいと思っています。