

令和7年  
3月

# 給食だより



南陽市立赤湯小・中学校

寒さもゆるみはじめ、少しずつ春の訪れが感じられるようになりました。今年度も残りわずかです。今年度の学校生活はどうでしたか？進学・進級に向けて、1年間のまとめをしてみましょう。

小学6年生・中学3年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。給食をはじめ、学校で楽しく過ごした時間は、これから先の長い人生を歩んでいくみなさんの大きな支えとなることでしょう。「健康を意識して食べる」ことを大切に、充実した毎日を過ごしてくださいね。



## ひなまつり 色にまつわる話

ひなあられやひしもちの色にはそれぞれ意味が込められています。赤は桃の花を表し魔よけを、白は雪を表し清らかさを、緑は大地を表し健康を意味しています。子どもたちの健やかな成長を願っていることがよく分かりますね。



## 桜もち 関東と関西のちがい

この時期に出回る桜もち。2種類あるのを知っていますか？桜の葉やあんこを使っているのはどちらも同じなのですが、見た目や食感が違ってきます。みなさんが好きなのはどちらですか？

### 【関東】

小麦粉を薄く焼いた生地で餡をくるんだクレープ状で、「長命寺」と呼ばれています。



### 【関西】

道明寺粉を蒸した生地で餡を包んだまんじゅう状で、「道明寺」と呼ばれています。



## 給食の時間をふりかえろう

できたものには□にチェックを入れて、給食の時間のふりかえりをしましょう。

<input type="checkbox"/> 協力して給食の準備をすることができた 	<input type="checkbox"/> 1人分の量をきれいに盛りつけた 	<input type="checkbox"/> 楽しく会食することができた 
<input type="checkbox"/> バランスのよい食事のとり方がわかった 	<input type="checkbox"/> 地域の地場産物がわかった 	<input type="checkbox"/> 感謝の気持ちを持って食べることができた 

## STOP! だらだら食べ



時間を決めずに食べるだらだら食べや、テレビやゲームをしながらのながら食べは、肥満やむし歯の原因になります。ゲーム中などに菓子が近くにあると、つい食べてしまいます。間食はきちんと時間を決めて食べましょう。



子供たちは、1年間でずいぶん大きくなりました。心も成長したことでしょう。これからもしっかり食べ、いろいろな体験を重ね、すくすくと元気に育ってほしいものです。



今年度も、学校給食の取り組みにご理解とご協力をいただきまして、誠にありがとうございました。

