

# 給食たより 4月

## しんねんと 新年度スタート!



入学、進級、おめでとうございます。よく体を動かし、1日3回の食事をしっかり食べ、夜ふかしをせず十分な睡眠をとって、健康な体を作っていきましょう。給食では、次のことを心がけてほしいと思います。

### がっこう 学校での「食育」

学校給食は、学校での教育活動のひとつに位置づけられています。また、食育については、学校教育の指針である「学習指導要領」において、ご家庭や地域社会と連携を図りながら、学校全体で取り組んでいくことが示されています。学校での食育は、以下の6つの点から行われています。

給食を食べる前には手をせっけんでしっかり洗ってください。

「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつはしっかりしてください（新型コロナウイルスが終るまでは、学校ではマスクをして小さな声か心の中でね）。

食べ終わったら食器をきちんと重ね、はしは向きをそろえて返してください。残ってしまったものなどはきまりを守って集めて戻してください。

食事の大切さ、喜び、そして楽しさを知る



健康を保つための自己管理能力を身に付ける



正しい知識、情報をもとに食品を選ぶ力をもつ



つめはみじかく

給食当番の人は白衣をきちんと着ましょう。髪の毛が出ないようにぼうしをしっかりとつけてください。



できるだけ、好ききらいをしないで、苦手なものもひと口挑戦してみてください。みなさんには、いろいろな料理や食べ物のおいしさをたくさん知ってもらいたいです。



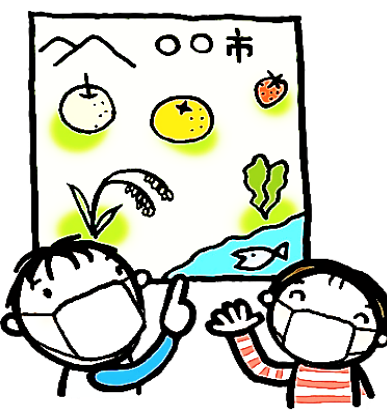
食べ物を大切に、かかわるひとひとに感謝する



マナーや思いやりの気持ちなど社会性を育む



地域の産物や伝統的な食文化を知り、未来に伝える



### お花見

春の日本の風物詩のひとつがお花見です。もとは農民の間で豊作祈願の神事が桜の下で行われていたことがはじまりとされます。奈良時代に中国から梅が日本に伝わり、当時は貴族の間で梅を鑑賞するのが花見でした。平安時代には梅から桜に移り変わり、桜が定番となりました。鎌倉時代になると武士にも広がり、中でも豊臣秀吉が京都の醍醐寺に700本の桜を植えて行われた「醍醐の花見」は歴史に残る盛大なお花見です。江戸時代には徳川家光が上野、吉宗が隅田河畔や飛鳥山に多くの桜を植え、名所となりました。お花見といえば串にさされた三色の花見団子。ピンクは春の桜、白は冬の雪、緑は夏の兆しを表しています。



### 潮干狩り

潮干狩りは平安時代の絵画や江戸時代の浮世絵にも描かれており、庶民の行業となったのは江戸時代からになります。太陽と月と地球がほぼ一直線上に並ぶ大潮の時期は、潮の干満の差が激しくなります。通常は海である沖まで干潟ができることもあり、歩いて行けるほどになります。その現象を「潮干」といい、この潮干を利用してアサリやハマグリなどを獲ることから「潮干狩り」と呼ばれるようになったといわれます。俳句では春の季語にもなっています。潮干狩りのシーズンは4月から5月上旬で、アサリの旬にも重なります。

