

3がっ しょくいく 3月 食育だより

2023年3月

あいせん保育園

ようやく寒さが緩み、春の訪れを感じられるようになってきました。今年度もいよいよ最後のつきで、進級、卒園の時期ですね。毎日の給食や食育活動が、子どもたちの思い出になってくれればと思います。

しょくじ いちばんだい じ 食事で一番大事なのは「楽しむこと」

後べることは生きる為の失切なことであり、一番 大事なのは「後事を楽しむ」ということです。大久 になって間りの自が気になるので予どものうちからしつけをしがちですが予どもにとっては時に えたじえを生んでしまうものです。予どもの養べ だめ後事時のやチーに関してはおおらかな気分で、大久もえたじえを懲じない程度に散り組みましょう。予どもが散らかして養べたら、ややも一緒になって散らかして予どもをびっくりさせてみる。それぐらいの条絡を持ってぜひお予さんと楽しい後事をとってください。 うちゅう組さん ご卒園おめでとうございます!

3月24日は、うちゅう組さんからの 24 ときゅうしょく です。

ちゅうしょく

いちご

3時おやつ

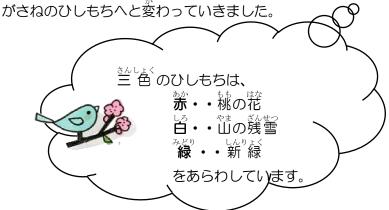


『日本歳時記』には、江戸時代、ひなまつりでよもぎもちを食べ、 桃花酒を飲み、よもぎもちを親誠に送るとあります。桃花酒とは、桃 の花を浸した酒で、「病」を浴し顔色がよくなる効果があると **ぎえられていました。

ひしもちは魔よけを意味するひし形に切ったもちのことで、窒む時代から祝いの席などで崩いられていたようです。ひなまつりのひしもちは、章もちをひし形に切ったもので、注声時代初崩あたりから、ひなまつりに供えられていました。やがて堂をのもちを使った3覧







他にも、彩りがきれいなひなあられ、はまぐりの。潮光などひなまつりならではの食べ物が色であります。

ひなまつりは子どもたちの無病意数を 流る行事です。家族でひなまつりの由来 を話し、ひなまつりならではのお食事を 楽しみましょう。