



# ほほえみだより



令和3年3月号

松伏町学校給食センター TEL992-2161 FAX992-3192 (231号)



## いちねん ふ かえ 一年を振り返って



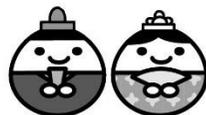
今年度はコロナの影響で、学校が休みになったり、行事ができなかつたりと、色々なことがありました。

そんな中、みなさんが給食を楽しみにしてくれ、たくさん食べてくれた事は、作っている給食センター職員の励みになりました。

ありがとうございました。

コロナを始め、インフルエンザやノロウイルスなど多くの病気に打ち勝つ体力をつけるためにも、これからも、たくさん食べてください。

## 3/3 ひなまつり



「桃の節句」や「上巳の節句」とも言い、ひな人形や桃の花を飾り、女の子の健やかな成長と幸せを祈ります。

ひな人形と一緒に飾るひなあられ・ひしもち・白酒はとても縁起が良く、健康に過ごせるようとの願いが込められています。

給食では、ちらし寿司や花型のしんじょうを入れたすまし汁、桜もちなどでお祝いします。お楽しみに！



## しょくじにつき 食事日記をつけよう



みなさんは、毎日自分がどんなものを食べたか覚えていますか？  
また、だれと一緒に食べたか、どんな気持ちだったかなども記録してみると、色々なことがわかります。食べることは、みなさんの体と心を作ります。これから先、食べることに對してもっと興味を持つためにも、食事日記をつけてみましょう。



## 食べたものは未来の自分へのプレゼント

栄養バランスのよい食事をとるには、食材を買うのにお金がかかります。「食事よりもほかの物にお金をかけたい」「早く食べられて安いのが一番」と思うかもしれません。しかし、今から食事につけることで、将来の病気を防ぐことができ、高額の治療費を払ったり、つらい思いをしたりしないで済むと考えたら、きちんと食事をとるためにかけたお金は無駄にはなりません。食べたものは、未来の自分へのプレゼントといえるのです。

未来の自分のために、食生活・生活習慣を大切にしましょう。



保護者の方へ 給食に使用される食材の産地情報は  
松伏町ホームページ・給食センターにおいて公開しています