

# 3月給食たより

令和3年度3月号  
清瀬市立清瀬第三中学校

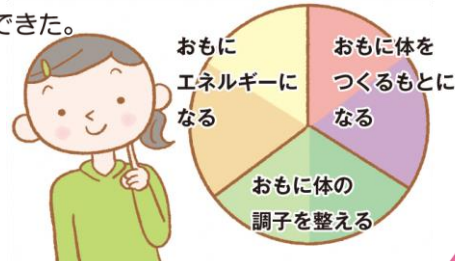
オンライン授業期間が終わり、気がつけば今の学年で過ごす日々もあとわずかです。できたこと、もう少しがんばりたかったことなど、この1年間をふりかえり、新しい学年や学校に向けた準備をしていきましょう。

## チェックしてみよう 1年間の食べ方

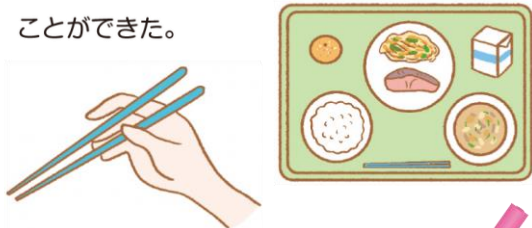
朝ごはんをしっかり食べることができた。



食べ物の栄養のはたらきを考えながら食べることができた。



はしの持ち方や食器の置き方に気をつけて食べることができた。



苦手そうなものでも一口は挑戦できた。



食べ物を大切にし、いろいろな人に感謝して食べることができた。



行事食や地域の料理をよく味わいながら食べることができた。



# 3月3日 ひな祭り



女の子の健やかな成長と幸せを願ってお祝いする「ひな祭り」。「桃の節句」とも言い、ひな人形や桃の花を飾り、ちらし寿司やハマグリ潮汁などをいただきます。給食ではお祝いの気持ちを込めて、ちらし寿司と桃ゼリーを作る予定です。お楽しみに♪

## 非常時の備えを考える



2011年3月11日、午後2時46分に東日本大震災が発生しました。

震災直後は、停電や燃料不足などで、食べ物が運ぶことができなくなり、お店に行っても棚が空になっていることもありました。時間がたつと、忘れてしまいがちです。毎日「あたりまえ」のようにあるものが、じつは、「ありがたい」こと、いろいろな人のおかげであることを忘れないでください。3月11日は、給食室でおにぎりを握る炊き出し風給食を出します。

災害はいつ・どこで起きるかわかりません。非常時に備え、各自で準備しておくことが大切です。備蓄している食品がある場合は1年に1度は賞味期限を確認し、必要があれば入れ替えるように

しましょう。日頃から飲料水をはじめ、缶詰やレトルト食品、日持ちする米、乾麺などを多めにストックしておく、非常時に役立ちます。

飲料水は1人分1日3L、ストレスをやわらげる効果のあるおやつもあると更に安心！



## 1年間、ありがとうございました

コロナ禍ということで「前向き」「黙食」での給食時間でしたが、ルールを守り、もりもり給食を食べていましたね。きっとこの1年で心も体も大きく成長したことでしょう。

保護者の皆さま、今年度も給食運営へのご理解とご協力をありがとうございました。引き続き、安心・安全な給食を提供できるよう、職員一丸となって努めてまいりますので、よろしくお願い致します。

3年生の皆さん、いよいよ卒業ですね。

中学校卒業後はお昼ご飯を自分で用意しなければならない人もいると思います。食べることを大切にすることは、自分自身を大切にすることにつながります。給食から学んだことを生かし、健康で充実した毎日を送ってほしいと願っています。

