

おいしいね！おいしいよ！ 令和6年度3月 寝屋川市保育課



みんな大きくなったかな？

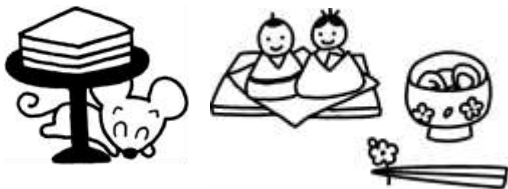


3月は、1年の締めくくりの月です。この1年間、おいしく、
たのしく、保育所の給食を食べてもらえたでしょうか？残り1か月
もお友達と楽しく給食を食べて、元気に過ごしましょう。

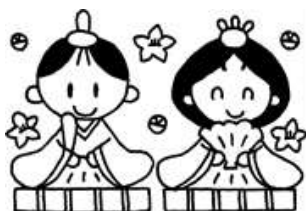


ひなまつり

3月3日は五節句のひとつでもある
「上巳の節句」にあたり、この日に女の子の
成長と幸せを願う「ひな祭り」が行わ
れます。悪魔を打ち払う目的で桃の木が飾
られるようになったことから、「桃の節句」
とも呼ばれています。
この日は、白酒（甘酒）、ひし餅、ハマグリ
のお吸い物などでお祝いをします。



ひな祭りの定番であるひなあられは、
関西と関東で少し違うことを知ってしまし
たか？関東のひなあられはうるち米から作
られ、細いぼん菓子のような形をしていま
す。そして、甘いものが主流です。
一方、関西のひなあられはもち米が原料と
なっており、甘い・しょっぱいが混同して
いるものが多いです。



1年を振り返ってみましょう

- 食事の前には手洗いができた。
- 「いただきます」「ごちそうさまでした」
のあいさつを忘れずにできた。
- よく噛んで食べることができた。
- お友達や先生、家族と、楽しく食べる
ことができた。

できた→青 できなかった→赤 と
○に色を塗ってみましょう！



朝ごはん

朝ごはんを食べると、
エネルギーがいきわたって体が
目を覚まし、1日をすっきりと
元気にスタートできます。朝食
を大切に、生活リズムを整えま
しょう！

