

# 給食だより 3月

令和7年2月27日  
文京区立第九中学校  
校長 窪 宏孝

まだ寒さの残る日はあるものの、吹く風に春の到来を感じる季節となりました。この1年で、心身ともに大きく成長し、一段とたくましくなった様子がうかがえます。皆さんは、給食を食べながら、どんなことを感じ、学んだでしょうか？

今月は、卒業や進級を控えた皆さんへ、応援やお祝いの気持ちを込めた給食を提供しますので、楽しみにしてください。



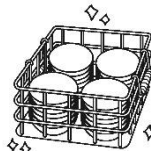
## 1年間の給食を振り返ろう



- 身支度や手洗いなどの食事前の準備が清潔にできた
- 重いものや熱いものに気を付けて安全に運ぶことができた
- 献立にふさわしい衛生的な盛り付けや食器の並べ方ができた
- いただきます、ごちそうさまの食事の挨拶ができた
- よく噛んで、味わって食べることができた
- 苦手な食べ物にも挑戦することができた
- 箸の持ち方や食べ方などの食事マナーを身に付けることができた
- 栄養バランスのよい献立について、学ぶことができた
- 郷土料理や行事食などの食文化について、知ることができた
- 環境や資源に配慮し、分別をして、片付けをすることができた
- みんなで協力して、手順よく片付けをすることができた



©少年写真新聞社2025



©少年写真新聞社2025

今年度の給食は、全部で183回ありました。日々の給食時間を過ごす中で、また、給食当番の活動を通じて、様々なことを学んだと思います。上のチェックリストを確認し、1年間の給食を振り返ってみましょう。

## 3月の行事食～ひな祭り～



3月の給食では、行事食として「ひな祭り献立」を予定しています。

### ★ひな祭り

3月3日は、ひな祭りです。女の子の成長と幸せを願う行事で、五節句（五節供）の一つ「上巳の節句」が起源です。季節の花にちなんで「桃の節句」ともいいます。現在のように、ひな人形を飾るようになったのは江戸時代のことで、もとは人形を身代わりにして邪気をはらう「流しびな」が起源とされます。行事食として、ちらしずし、はまぐりのお吸い物、ひしもち、ひなあられなど、華やかな食べ物が並びます。

ひなあられは、もとはひしもちを砕いて作られていました。ひしもちは、地域によって違いが見られますが、「緑・白・桃」の3色のもちを重ねたものが定番です。これは雪の下から新芽が芽吹き、桃の花が咲くという、春の様子を表現しています。また、緑色には健康、白色には清浄、桃色には魔除けの願いが込められています。

給食では、ちらしずしと、ひしもちをイメージしたゼリーを作ります。



### 卒業おめでとう！

ご卒業おめでとうございます。



成長途中の皆さんにとって、食事から栄養をしっかりとること、食事を楽しむことが何より大切です。今食べている食事は、“未来の自分”をつくるための重要な土台となります。これから先、自分自身で食事を選んで食べる機会が増えていきます。迷ったときには、ぜひ給食を思い出してみてください。

皆さんの新生活が健康で充実したものとなるよう願っています。