

給食たより

令和6年5月1日

文京区立昭和小学校

5月号

5がつのもくひょう

えいせい き つ しょくじ
衛生に気を付けて食事をしましょう。

しんねんど はじ はや げつ ふ かぜ さわ
新年度が始まって早くも1か月、吹く風も爽やかで、
わかば きせつ あたら かんきょう
若葉のきれいな季節になりました。新しい環境にも
すっきり慣れてきた一方で、ゴールデンウィーク明け
はつか で たいちよう くず じき
は疲れが出て体調を崩しやすい時期でもあります。
がっこう ひ やす ひ はやね はやき
学校がある日はもちろん、休みの日にも早寝・早起
きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べて1日を元気に
スタートしましょう。



心も体も元気に過ごすには、規則正しい生活が第一です！



「端午の節句」 の行事食とは？



がつ か おとこ こ すこ せいちよう しあわ ねが いわ たんご せつく こい
5月5日は、男の子の健やかな成長と幸せを願ってお祝いをする「端午の節句」です。鯉のぼりや
むしやにんぎょう かざ しょうぶ は ね いれ しょうぶゆ じゃき はら
武者人形を飾り、菖蒲の葉や根を入れた「菖蒲湯」につかって邪気を払います。そして、「かしわもち」や
「ちまき」などのお菓子を食べる風習があります。