



少しずつ暖かくなり、春が近づいてきました。まだまだ朝夕は冷え込みますが、昼間はポカポカ陽気で子どもたちは元気いっぱい遊んでいます。食生活においても、規則正しい食事を心がけながら、来年度に向けてつなげていけると良いですね。

## ひな祭り

ひな祭りは、ひな人形やごちそうを用意し、家族で女の子の健やかな成長を願う年中行事です。

### ひな祭りに食べるもの

#### ひし餅

3色それぞれに意味があります。

桃色（桃の花をイメージ）：魔除け

白色（雪をイメージ）：清浄、子孫繁栄、長寿

緑色（草や新緑をイメージ）：健康、厄除け

ひし餅は、上から桃色・白色・緑色と重ねることが一般的です。順番に重ねることで、雪の下に新芽が芽吹き、桃の花が咲いている情景を表しているともいわれています。



#### ちらし寿司

ちらし寿司を食べるようになった理由は、はっきりと分かっていませんが、縁起のよい食べ物が多く使われていることから、ひな祭りの定番料理になったといわれています。



#### ひなあられ

4色のものは四季を表しており、「一年を通して健康に過ごせますように」という意味が込められています。



## 給食風景



おかわりあるかな？



おいしいよ

