

# 給食だより



令和6年  
5月号

毎月19日は食育の日

流山市立おおたかの森小中学校

爽やかな風が吹き、木々の葉も緑に色づく季節になってきました。  
気持ち良い気候で過ごしやすい時季ですが、新学期の緊張が解けることにより、疲れの出やすいときでもあります。「早寝・早起き・朝ご飯」を心がけ、生活リズムを整えていけるよう、ご家庭でもお声がけいただければと思います。


## 端午の節句(こどもの日)


### ◎節句とは？


「節句」とは、昔の中国で決められた季節の変わり目のことです。1月7日は七草の節句の「人日」、3月3日は桃の節句の「上巳」、5月5日は菖蒲の節句の「端午」、7月7日は織姫と彦星で知られる「七夕」、9月9日は菊の節句の「重陽」と5つの節句があります。


### ◎端午の節句といえば！


- 柏餅  
柏の葉は、次の芽が出るまで落ちないことから、縁起が良いものと考えられています。


- ちまき  
中国では、ちまきを作って災いを避ける風習があり、これが日本に伝わりました。


- こいのぼり  
鯉の滝登りが、たくましく苦難を乗り越えて出世していく姿に見えることから、男児のお祝いに使われるようになりました。


- 鎧、兜  
鎧や兜の飾りつけには、子どもの身を災いから守り、たくましく成長するように、という願いがこめられています。

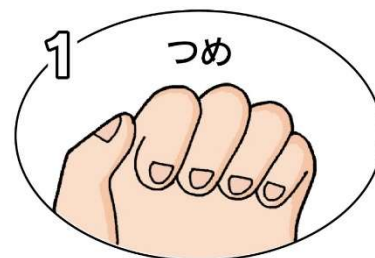

- 菖蒲  
菖蒲の葉には邪気をはらう力があるとされているので、お風呂に入れたり、飾ったりします。



☆児童・生徒の皆さんもおうちの方と一緒に読んでくださいね。

## 給食当番の身支度・準備 6つのポイント

食べ物を扱うという自覚を持って衛生面に気をつけましょう



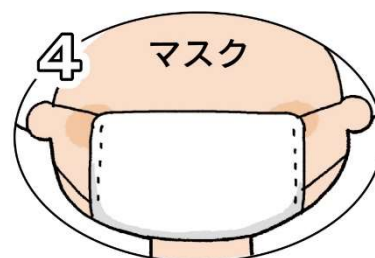
1 つめ  
つめが伸びている人は短く切っておきましょう。



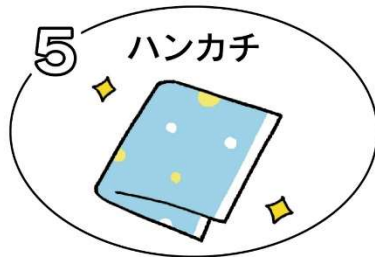
2 白衣  
清潔な白衣をきちんと身につけましょう。



3 帽子  
髪の毛が出ないように帽子をかぶりましょう。



4 マスク  
マスクは口と鼻が隠れるようにつけましょう。



5 ハンカチ  
給食用の清潔なハンカチを用意しましょう。



6 手洗い。  
石けんを使って十分な手洗いをしましょう。

### スーパー給食当番



### 給食の盛りつけポイント

汁物は、汁の実が多かったり少なかったりしないように、底までよくかき混ぜます。ごはんは40人の場合、全体を4等分した量から10人分を配るにするなどの目安をつけると、配ぜんしやすくなります。

