

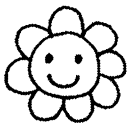
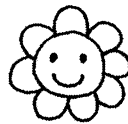
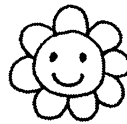
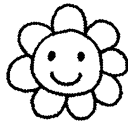
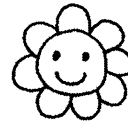


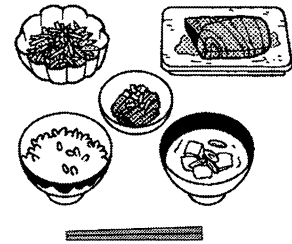
# 1年間をふり返いましょう

この1年間で子どもたちは体も心も成長したと思います。毎日くり返される「食生活」から、子どもたちの成長をふり返ってみましょう。

しょくいく ふりかえり ちえつく  /ふりかえり!				
できるように になったら はなに いろを ぬりましょう 				
しっかりと てあらいが できたかな	しょくじの あいさつは できたかな	きちんと すわって たべたかな	すききらいを しないで のこさずに たべたかな	ともだちと たのしく たべたかな
				

## 正しい配膳を身につけよう

左手にごはん茶わんを持ち、右手にはしを持つ日本人の食べ方は和食の基本です。配膳の方法も、向かって左がごはん、右に汁物、汁物の向こうに主菜、その左側（ごはんの向こう側）に副菜、真ん中に副副菜を置きます。毎日くり返すことにより、身につきます。



### 3月3日 ひな祭り



ひな祭りは、女の子の健康と成長を祝う行事です。ひな人形を飾ったり、桃の花やひしもちを供えたりしてお祝いします。

その行事食として伝えられているのが、ひなあられなどのひな菓子や、ちらしずし、はまぐりのうしお汁です。はまぐりは、貝殻が対になっていて同じ形が二つとないため、ぴったりの相手を見つけたいという良縁を望む願いが込められています。

子どもの将来の幸せを願って、ひな祭りの行事食をみんなで食べましょう。

