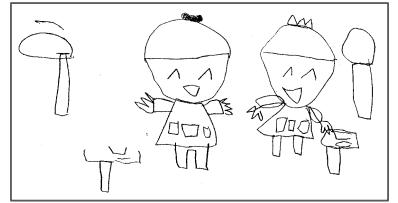




あさか食育だより



東朝霞保育園5歳児作品

2019年3月

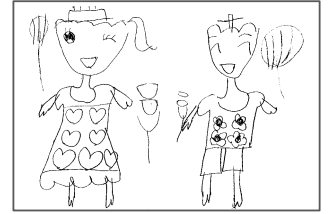
寒さが和らぎ、春の訪れを感じられる季節になりました。今年度も残りわずかとなり、今月はいよいよ卒園式がありますね。


さくら組のみなさん、卒園おめでとございます。

進級するみなさんも、この1年、こころもからだも成長され、たくさんの思い出ができたことと思います。これからの食事の時間も、楽しく豊かであることを祈っています。



1年間を振り返ってみよう！



<input type="checkbox"/> 朝ごはんは毎日しっかり食べてきましたか？ 	<input type="checkbox"/> 食事の前の手洗いはしっかりできましたか？ 	<input type="checkbox"/> 好ききらいなく食べることができましたか？ 
<input type="checkbox"/> 食器を正しく配膳して食べることができましたか？ 	<input type="checkbox"/> 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつはきちんとできましたか？ 	<input type="checkbox"/> 季節の食べ物や行事食を楽しめましたか？ 
<input type="checkbox"/> よい姿勢で食事のマナーを守って食べられましたか？ 	<input type="checkbox"/> よくかんで食べられましたか？ 	<input type="checkbox"/> おやつは食べる時間と量を決めて食べることができましたか？ 

《 春の彼岸 》

お彼岸は、先祖の霊を供養するために、『ぼたもち』または『おはぎ』を供えます。

春のお彼岸の『ぼたもち』は、牡丹の花をかたどって、丸く大きく豪華な形をしています。冬を越して皮がかたい小豆を使用するため、あんこは、こしあんです。



ひな祭り

3月3日は、ひな祭りです。『桃の節句』ともいわれ、女の子が美しく成長し、末永く幸せになれるよう祈り願う行事です。ひな人形を飾り、桃の花、ひしもち、ひなあられ、白酒などを供えます。

