



# 給食だより



令和6年3月  
中山保育園

## ひなまつり

3月3日はひなまつりです。現代では、女の子の健やかな成長と幸せを願う行事として知られていますが、その由来やひなまつりに食べるものにこめられた意味について、子どもたちに伝えていけるとよいですね。

### ひなまつりとは？

3月3日は桃の節句ともいい、中国から伝わった上巳（3月の最初の巳の日）の行事と、日本の公家の間で行われていた「ひいな遊び」が合わさったものだと言われています。災いをはらうために人形や海や川に流した「流しびな」が、人形作りの技術が発達すると川に流さず家に飾るようになっていったそうです。



### ひなまつりの食べもの

#### ちらし寿司

なぜちらし寿司がひなまつりに食べられるようになったかは諸説ありますが、春をイメージさせる華やかな色あいがお祝いにはぴったりといえます。



#### ひしもち

白（雪）・緑（大地）・桃（桃の花）の3色からなり、「雪が解けて大地に緑が芽吹き、桃の花が咲く」という春の景色を表しています。

～昔はどうやって色をつけていたの？～

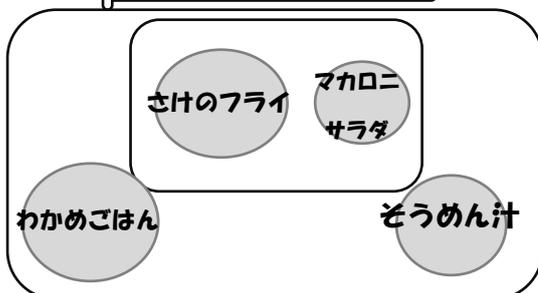
- ◎白…ひしの実の色（ひしの実には血圧低下作用があり、長寿を願う）
- ◎緑…よもぎの葉の色（邪気をはらう効果があるといわれ、健やかさを願う）
- ◎桃…くちなしの実の色（くちなしには解毒作用があり、病気を退ける意味が込められる）



## 卒園児リクエストメニュー

3月9日は、卒園するひまわり組さんがリクエストした給食メニューです。  
みんなで色々メニューを出し合って決めました。

### 給食メニュー



### おやつメニュー

いろいろ

※あずきと豆乳入り