



卒業おめでとう（中）



3年生のみなさん、卒業おめでとうございます。

今日は、中学校での最後の給食です。

日本には、お祝いの日せきはんに赤飯を炊く風習があります。今の赤飯は「小豆あずき」や「ささげ」でお米に赤い色を付けますが、元々は炊くと赤くなる「赤米あかまい」という米を使っていました。

昔の人は、「赤い色」には悪いものを追いはらう力があると信じていました。さらに、米は特別な食べ物だったので、季節の変わり目あかまいに赤米を蒸して食べていたそうです。その風習が根付いて、お祝い事などのめでたい行事せきはんに赤飯が食べられるようになりました。

今日の給食には、お祝いの気持ちをこめて、赤飯と名古屋で有名な「えびフライ」、デザートをつけました。

3年生のみなさん、これからは、自分で何を食べるか選ぶことが多くなります。食生活は、健康で豊かな生活の基本です。何を遊ぶか迷ったときは、給食を思い出してみてください。栄養バランスを考えた楽しい食事になるように心がけてください。

1年生と2年生のみなさんは、お世話になった3年生に感謝の気持ちを込めて、いただきましょう。