

給食だより3月号

令和8年2月27日
大田区立東糀谷小学校
校長 小泉 満知子
栄養士 三枝 伸世

日一日と日差しが伸びて、春が近づいています。3月を迎え、学校は1年間の締めくくりの月となりました。この1年間、こどもたちの体は一段と大きく成長しました。育ち盛りのこどもたちにとって、毎日の食事は大切なものです。御家庭でも日々の食事を大切に考え、健康に過ごして頂きたいと思います。

SDGs

この1年間でどれくらいできた？

SDGs達成に向けた取り組みには、学校や家庭でもできることもあります。あなたが実行したことは、次の中にいくつかありますか？



12 つくる責任
つかう責任
野菜の皮や芯も使った



可食部分が約10%増加



6 安全な水とトイレ
を世界中に
水はそのつど止めた



12 つくる責任
つかう責任
マイバックを
持っていった



12 つくる責任
つかう責任
給食を残さず食べた



12 つくる責任
つかう責任
ごみは分別して捨てた



2 飢餓を
ゼロに
食料不足を学んだ



5 ジェンダー平等を
実現しよう
食事作りを分担した



できることから
取り組んでみるぴょん！



食事の時に

気持ちを込めて言えたはね？

感謝をわすれずに
あいさつするぴょん！



©大田区

「いただきます」

わたしたちの食事は、自然の恵みから成り立っています。生き物の命を食べていることを忘れないように、食前に感謝の気持ちをあわらします。

「ごちそうさま」

米や野菜をつくってくれる人、牛を育ててくれる人、魚をとってくれる人、食材を集めたり、料理したりしてくれた人に感謝を込めています。

「おいしかったです」

毎日調理してくれる給食の人、おうちの人に、「いつもおいしく食べています。ありがとう」との気持ちを込めています。

「なばな」は春の野菜で、かぶやチンゲンサイなどのアブラナ科の花の総称です。つぼみと花茎、やわらかい若葉を食べます。ビタミンC・E、β-カロテンが含まれているので、皮膚や粘膜を丈夫にして、かぜなどの予防に役立ちます。23日の給食にお浸しにして出ます。春の味わいを感じてみましょう。



6年生のみなさん、卒業おめでとうございます。この6年間で給食の準備から手洗い、食器の並べ方、食事のマナーのほか、食品に含まれる栄養素やバランスのよい献立などを学んできました。これからも、食の大切さについての学びを深め、おとなになってからもこまらないように、健康的な食生活を身につけていきましょう。