



きゅうしょくだより 3月号

日差しが春の訪れを告げる季節となりました。今年度もいよいよ最後の1か月となりました。卒業を迎える6年生は、いよいよ小学校の給食ともお別れです。中学生になっても、自分の体を作るのは日々の食事であることを忘れず、日々の食事を大切にして、夢に向かって進んでほしいです。在校生も、1つ上の学年になる準備を整え、新しい春を笑顔で迎えたいものです。今月号では、旬のなばなの話や日本が世界初の完全養殖に成功したマグロのクイズも載せました。ぜひお子さんとお読みください。

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、学校や家でできることもあります。あなたが実行したことは、次の中にいくつあるかな？

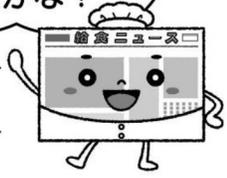


- 2 飢餓をゼロに
- 5 ジェンダー平等を実現しよう
- 6 安全な水とトイレを世界中に
- 12 つくる責任、つかう責任
- 14 海の豊かさを守ろう

食事の時に

気持ちを込めていえたかな？

感謝を忘れずに
あいさつしよう！



「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いいあらわします。

「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」

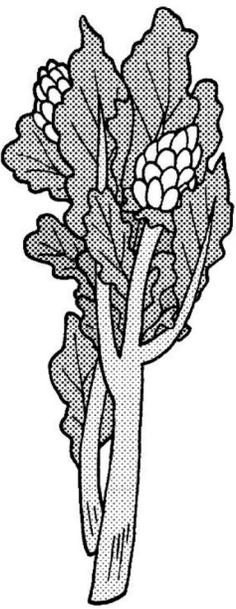
毎日料理してくれる給食室の人、おうちの人に、「いつもおいしく食べています。ありがとう」との気持ちを込めています。



©少年写真新聞社2026

春の味い なばな

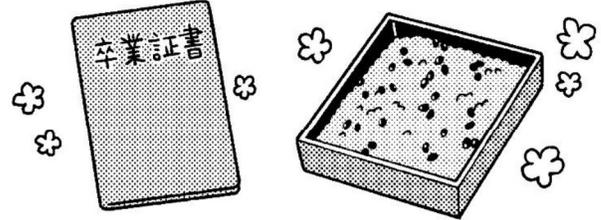
「なばな」は春の野菜で、かぶやチンゲンサイなどのアブラナ科の花の総称です。つぼみと花茎、やわらかい若葉を食べます。ビタミンC・E、β-カロテンが含まれているので、皮膚や粘膜を丈夫にして、かぜなどの予防に役立ちます。給食ではおひたしやあえもので提供されるので、ぜひ、春の味いを感じてみましょう。



©少年写真新聞社2026

卒業おめでとう！

ご卒業、おめでとうございます。みなさんは、これまで給食の準備から手洗い、食器の並べ方、食事マナーのほか、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て、おとなになってからも困らないように、健康的な食生活を身につけていきましょう。

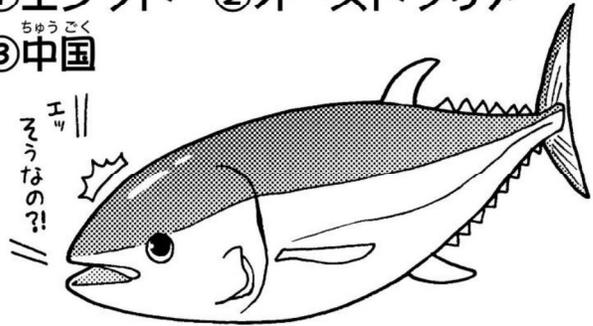


©少年写真新聞社2026

クイズ

世界初のマグロの完全養殖に成功したのは日本ですが、世界最古の魚の養殖地はどこ？

- ①エジプト
- ②オーストラリア
- ③中国



約600年前に、オーストラリアの先住民が築いた養殖池が、世界最古といわれ、湖から水を引いたかんがい池や堰をつくり、掘まえてきたウナギをそこに集めていました。この養殖池の景観は、世界遺産に登録されています。

©少年写真新聞社2026