

3月 岩五給食だより

令和7年2月28日
江戸川区立小岩第五中学校

< 3月の給食目標 > 1年間の食生活を振り返ろう！

今年度も残すところあと1ヶ月です。生徒のみなさんはこの1年間、元気に過ごすことができましたか？春は卒業や入学・進級と節目の季節です。栄養バランスのとれた食事をしっかりと食べて、4月からの新しい生活を元気に迎えられるようにしましょう！

《みんなの給食～給食からSDGsを考える～実施！》

江戸川区は、誰もが安心して自分らしく暮らせる共生社会の実現のため、SDGsの取組を推進しています。令和3年5月には、国から「SDGs未来都市」にも選定されました。

これに伴って江戸川区では、生徒のみなさん、保護者のみなさん、地域のみなさんが、学校給食とかわる取組からSDGsを考える機会となるよう、区内全ての小中学校で「みんなの給食～給食からSDGsを考える～」を実施しています。江戸川区のSDGs月間にあわせた9月25日から11月の間と、任意の日に、あわせて2回以上実施します。

小岩五中では、今年度2回目の「みんなの給食」を3月10日(月)に実施します。今回は特に、「目標11：住み続けられるまちづくりを」に焦点を当てて、災害時の食事で活躍する、缶詰や乾物、日持ちする野菜類を中心に使用した献立を提供します。当日の献立内容とSDGsとのかかわりなどについては、校内の食育掲示板や給食メモ・放送、学校ホームページへの掲載を通して改めてお知らせするので、欠かさずにチェックしてくださいね。



《春休み中の食生活に気をつけよう！》

みなさんの体は、何から作られていますか？答えは、「毎日の食事」です。健康な心と体づくりのためには、栄養バランスのとれた食事をとることが大切です。

試験や試合・大会などは、頑張れるチャンスが1年に数回。勉強や練習の期間を含めてもそう多くはありません。一方で、食事は毎日少なくとも3回、1年間だと1000回以上も頑張るチャンスがあります。充実した食生活を送り、いつまでも元気で楽しい毎日を過ごせるよう、今から少しずつ気にかけてみてください。まずは、『早寝・早起き・朝ごはん！』ぜひ実践しましょう。

～3年生のみなさんへ～

卒業まで、あと少しですね。岩五の給食ともあと11回でお別れです。日々の給食からどのようなことを感じ、学びましたか？記憶に残る給食はあるでしょうか？給食が中学校生活の素敵な思い出のひとつになっているといいな、と思います。

みなさんのこれからが素晴らしいものとなりますように。給食室一同、応援しています！

