

# きゅうしょくだより

渋谷区立幡代小学校  
校長 加納一好  
主任栄養教諭 島崎聡子  
令和7年2月28日

卒業や進級など、節目を迎える時期になりました。今年度の給食もあと少しで終わります。この1年を振り返るとともに、残りの日々も給食をしっかり食べて味わって、元気に学校生活を送ってほしいと思います。

## あなたの食生活はどうか？

## 振り返りチェックシート

日ごろの食生活を振り返り、よくできたと思うものに○を付けましょう。

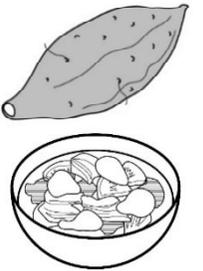
<input type="checkbox"/> 朝ご飯を毎日欠かさず食べている 	<input type="checkbox"/> 食事の前に手をきれいに洗っている 	<input type="checkbox"/> 正しい姿勢で、よくかんで食べている 
<input type="checkbox"/> 苦手な食べ物にも挑戦している 	<input type="checkbox"/> おやつは時間と量を決めて食べるようにしている 	<input type="checkbox"/> おはしを上手に使うことができる 
<input type="checkbox"/> 食べたらずをみがいている 	<input type="checkbox"/> おうちで食事のお手伝いをしている 	<input type="checkbox"/> 家族や仲間と食事を楽しんでいる 

ご家庭でも話題にしていいただければと思います。

## ～考える給食～

東京都平和の日(3月10日)

第二次世界大戦中、日本の各地で空襲があり、東京は100回以上の空襲を受けました。特に規模や被害が大きかった昭和20(1945)年3月10日未明の空襲が「東京大空襲」と言われています。この日、東京では一夜にして多くの尊い命が失われ、いたるところが焼け野原と化しました。東京都では、このような戦争を二度と繰り返さないよう、そして戦争の悲惨さ、空襲によって多くの命が失われた事実を忘れないために3月10日を「東京都平和の日」と制定しました。



「校歌に『平和』がある！」

昨年度、「東京都平和の日」にちなんだ給食の日に1年生の教室で「平和ってどんなことかなあ」と聞いてみました。1人の児童から「幸せなこと」、続いて「そうそう、幸せ、だよな」、「戦争がないこと」、「みんななかよし!」、「うれしいこと」、「大事なこと」…たくさんの声が上がってきました。ある学級では「平和」の話題が続き、ある児童が「あ、校歌に『平和』がある!」と見つけたそうです。校歌の2番の歌詞「平和の鳩も 来て鳴くか」というフレーズです。学級担任が歌詞を画面に出し、みんなで確認し合いさらに広がったそうです。たくさんの素敵な言葉に心が温められたと同時に、このような機会をつくる大切さも感じました。

本校では、今年度も「大根めし、すいとん」などの献立を実施します。給食のすいとんは具沢山ですが、給食でも平和について考えることができればと思います。

## <渋谷区コラボ給食> 今月は、「セレクトセルフバーガー」です。

渋谷区コラボ給食は、渋谷区と縁のある国や地方と連携した特別給食です。

今月は、ABCクッキングスタジオとのコラボ給食です。「食べる楽しみ」に、「選ぶ楽しみ」、「組み合わせる楽しみ」もプラスしようというねらいで、パンに挟むチキンと野菜を選ぶ形です。「レモンバターってどんな味?」「どちらも食べたいな」などと、教室では子供たちが真剣に、そして楽しそうに選ぶ様子が見られました。

セレクトセルフバーガーは3月6日(木)に実施します。



もうすぐ春休み!

新年度に向けて準備をする機会に



まだ寒さの残る日はあるものの、吹く風や日差しに春の到来を感じる季節になりました。この1年で子供たちは心身ともに成長し、たくましくなった様子も伺え嬉しく思います。

新年度が始まると、環境が変わり、心と体に負担がかかりやすくなります。春休み中も早寝・早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べて体調を整えておきましょう。