

3月

# 食育だより



令和7年3月6日発行  
No. 125  
諫早市東部学校給食センター  
TEL 0957-22-6777

今年度も残すところわずかとなり、1年の締めくくりとなる3月を迎えました。毎日の給食を通して、日々成長する子どもたちの健康を支えることができたことを、とても嬉しく感じます。食育だよりでも、食に関する様々な情報をお伝えしてきました。今回は食や給食について学んできたことを振り返ってみましょう。

## 九州の郷土料理めぐり ☆年間まとめ☆

食育の日(19日)の取組として、毎月、九州各地の郷土料理や名物料理を給食に取り入れ、紹介してきました。1年分の歩みをまとめて紹介します。

5月 長崎県  
ちゃんぽん

10月 佐賀県  
だぶ  
いか天ぷら  
ほうれん草の  
のり酢あえ

9月 福岡県  
かしわめし

7月 熊本県  
高菜ごはん  
タイピーエン



4月 大分県  
中津からあげ  
だんご汁

3月 熊本県  
つぼん汁  
からしあえ  
小学校： 17日  
中学校： 19日  
に実施します。

2月 鹿児島県  
さつま汁  
かつおのごまがらめ

11月 宮崎県  
チキン南蛮

12月 大分県  
だんご汁  
かぼすあえ

6月 沖縄県  
イナムドゥチ  
にんじんしりしり  
冷凍パン

九州に伝わる郷土料理や特産品を使った料理は、その場所ととれる自然の恵みに感謝しながら家族や地域の人と食べるという心や、歴史が感じられるものばかりでした。これからも、給食を通して、各地域の豊かさや良さを、子どもたちに伝えていきたいと思ひます。

## 「食育」チェックシート

給食時間を振り返ろう

この1年の給食時間を振り返り、できたことに○を付けましょう。

<p>給食の前に手をきれいに洗えた</p>	<p>給食当番の身支度をきちんとできた</p>	<p>食事のあいさつを心を込めて言えた</p> <p>いただきます</p>
<p>食器を正しく並べることができた</p>	<p>お箸を正しく持ち、上手に使うことができた</p>	<p>よくかんで味わって食べることができた</p>
<p>地域の産物や食文化を知ることができた</p>	<p>日本の伝統行事と行事食について知ることができた</p>	<p>バランスのよい食事の組み合わせがわかった</p> <p>牛乳・乳製品 果物 主菜 副菜</p>

### ご卒業おめでとうございます

「食べる」というのは、動物や植物など、いろいろな生き物の命をいただくことです。その命をつないで、私たちは「生きる」ことができます。また、多くの人の支えがあって「食べる」ことができています。これからも感謝の気持ちを忘れずに、「食べる」ことを大切にしてください。