

みんなの楽しみ「もぐもぐニュース」

鶴川第四小学校

食材を知って

おいしいこと
たくさん
いただきます

毎日発行している「もぐもぐニュース」です。その日の給食の紹介や実際に作っている写真、児童に伝えたい内容を載せて各クラスに給食とともに配布しています。献立の写真も載っているので、正しい配膳の仕方を知ることができます。給食委員会の児童が放送で「もぐもぐニュース」を読んでくれます。

ファストフードのおとしあな



今日の献立は、ハンバーガー屋さんにありそうなメニューです。しかし、給食の献立とハンバーガー屋さんのメニューとは、ちがうところがあります。それは何か？

ちがうところ

- ① 野菜がほとんど使われていません。
- ② シュースには、砂糖がいっぱいです。虫歯や肥満（太ること）の原因になります。
- ③ フライドポテトは、油やお塩がいっぱいです。生活習慣病の原因になります。



9月11日(金)



パンには、きれめがはいっています。フリッターをばさんで食べられます。

ハンバーガー屋さんなどの食事を **ファストフード** といいます。

早く、安く、おいしい便利な食事です。ほとんど野菜が使われておらず、砂糖や塩、油がいっぱいです。たべすぎには、注意しなければいけません。



給食を題材にファストフードを考える。

じゃがいもは、一年間で約1200kg、玉葱は約900kgも使っています。他にも、にんじんや長ねぎなども納品していただいています。

栄養士より

絵や写真を多く用いて児童でも理解しやすいように工夫しています。また、児童は給食室を見ることができないので、当日の作業風景を写真で伝えるようにしています。児童の感想欄もあるので、「こんなにたくさん野菜が入っているの？」や「給食作り大変ですね。明日もがんばってください。」などの感想を書いてくれます。児童と給食室をつなぐ役割もあります。学校のホームページでも一部公開していますので、ご覧ください。

鶴川第四小学校の食育その他の取り組みについては学校のホームページでご覧いただけます。

鶴川第四小学校ホームページ：<http://www.machida-ky.ed.jp/e-tsurukawa4/>

№88 もぐもぐニュース 10月6日(火)

だいがくいものいいはなし

今日のスパゲッティに入っているピーマンとナスは、2年生のみなさんが学校の畑で育ててくれたものです。みんなでおいしくいただきますよ！

2年生がぞだてたピーマンとナスだよ！

Q1: じゃがいもは、皮をむいてから調理しますか？
Q2: じゃがいもは、冷凍保存できますか？

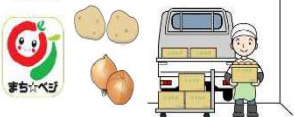
おん くお 福寿草、お豆腐といっしょに食べてください。

学校で育った野菜が給食に登場！

地域(ちいき)でぞだてたいせつな野菜

今日のカレー肉じゃがに使われているじゃがいもとたまねぎは、学校の近くの鶴川や真光寺地区で獲れた地場の野菜です。学校の近くに住んでいるのうか 農家の方々が、学校給食用に育ててくれました。

鶴川第四小学校の子どもたちのために安全でおいしい野菜を毎朝届けてくれます。農家の方々が時間をかけて育てた大切な野菜です。感謝していただきますよ。



地元の野菜を給食に！

鶴川第四小学校の食育その他の取り組みについては学校のホームページでご覧いただけます。

鶴川第四小学校ホームページ：<http://www.machida-ky.ed.jp/e-tsurukawa4/>

食育の取り組み

～学校給食を生きた教材として～

金井小の取り組み
をいくつか
紹介します！

金井小学校



野菜のさやむき

(グリーンピース・そら豆・とうもろこし)

2年生の生活科で野菜のさやむきを行っています。野菜のさやむきでは、旬の食材を知り、自分たちでさやむきをした野菜を給食で食べます。このことが、食に関する興味関心を高めるきっかけの一つにつながっています。実際にさやむきを行った後で、苦手な野菜が食べられるようになった児童や、毎日の給食の食材にも興味を持つようになった児童が見られます。



5月お誕生日給食



お誕生日給食

6月お誕生日給食



月に一度、お誕生日給食を行っています。お誕生日給食は、毎月楽しみにしている児童が多く、児童の好きなメニューと季節を考慮した手作りデザートを出しています。給食委員の児童が、お誕生日の児童一人一人へ、お誕生日カードを作成して手渡しします。お誕生日という特別な日を通して、楽しい給食を目指します。

給食献立

(旬の食材・行事食・郷土料理・和食)

給食の献立は、旬の食材・行事食・郷土料理を考慮した献立作りに努めています。また、週4回は、日本の伝統的食文化であるお米を使った米飯給食です。そのうち週1回はご飯に汁物とおかずを組み合わせた和食を出しています。食の欧米化が進む中で、未来を担う児童への日本型食生活継承の一助となって欲しいと思います。

9月おはぎ



9月月見団子



金井小学校のその他の取り組みについては学校のホームページで御覧いただけます。
金井小学校ホームページ：<http://www.machida-ky.ed.jp/e-kanai/>

学校給食を通じた 食育の取り組み



大蔵小学校

1年生が、トウモロコシの皮むきをしました。



栄養士さんに教えてもらいます



一生懸命むいています

調理をします



「とどけに来ました」



皮むきの後、カードを書きます。
「はたけのにおいがしました」



いただきます



野菜に興味、関心を持ってもらうため、1年生が「とうもろこしの皮むき」体験をしました。五感を使って皮むきに取り組み、むき終わったとうもろこしを調理員さんに直接手渡し、実際に給食で食べることで、野菜を身近に感じていたようです。他の学年の児童からも「甘かったです」と感想が寄せられました。

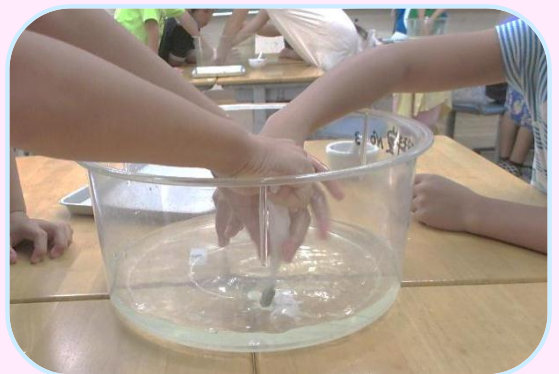
調理員さんが、トウモロコシのお話をしに来ました



野菜パワーのひみつをさがろう！

2年生の生活科学習で食育「なぜやさいは、うんちのためにひつようなのか？」の授業を行いました。野菜の食物繊維が腸の活動に大切なことを、うんちのお話を通じて学びました。

ほうれんそうから、食物繊維を取り出す実験では、目を輝かせて一生懸命にトライし、水に溶けなかった、白い繊維を誇らしげに見ていました。



栄養士から野菜の大切さの話を聞いた後、緊張気味に感想を発表していました。お父さん、お母さんにも授業を参観していただきました。

児童の感想

- ・野菜嫌いをやめて、給食の野菜も残さずいっぱい食べたいです。
- ・食物繊維を見られたので、野菜は、すごく大切なのが分かりました。
- ・野菜じゃないと、ダメなのが分かった。

保護者の方々のアンケートより

- ・食物繊維ついての実験をしていて、その大切さが、よく分かったのではないかと思います。面白かったです。
- ・絵や実験を通して野菜を摂取することを、とても分かりやすい授業内容で子供達の集中力も途切れることなく、とても良い授業内容だと思いました。

さんまをきれいにたべよう！

給食委員会の活動で、「さんまの塩焼き」のスマートな食べ方を、委員会の児童が教室で教えました。「最初に箸で押して。」「上の部分の肉を食べて。」「骨をシッポからとって・・・。」

ドキドキしながらでしたが、とても上手に説明することができました。学校中のさんまがきれいに骨だけになっていました。

担任の声より

- ・担任が指導するより、ずっと効果があつてよかった。
- ・子供達がさんまに親しみを感じるようになり、きれいに、よく食べた。



さやむき・皮むき体験

食材にふれて

いいこと
ふくらむ
まちだ

忠生小学校



1年生 そらまめのさやむき

苦手な児童も多い「そらまめ」のさやむきをお手伝いしてもらいました。絵本「そらまめくんのベッド」の読み聞かせ後、「本物のさやって、本当にふわふわしているの？」と問いかけると、「そんなの絵本だけだよ！」という児童もいます。実際にさやの中はふわふわしていることを知り、食材に興味をもっていました。

また、手洗いや身支度の指導を通して、衛生に関する意識する機会になりました。



2年生 とうもろこしの皮むき

「とうもろこし博士になろう！」を目標に、とうもろこしの「ひげ」の話、収穫の話など、野菜についての説明も興味深く聞いていました。匂いや手触りを確かめながら、丁寧に作業をしてくれます。

体験した日の給食日よりでは、皮むき後の調理の様子も紹介しました。どのように自分たちの給食ができあがるのか、興味をもってくれました。

