

地場食材豊かな給食

小山田小学校

あんしんな給食で

いいこと
ふくらむ
まちだ

毎年春は、学校の裏山で筍を6年生が掘り、筍ご飯や炒め物の材料となります。今年は36kgも掘りました。



地元の農家の方が作った野菜を、毎日のように給食に使っています。夏はきゅうりやトマト、なす、ピーマン、冬は大根、小松菜、ほうれん草など。年間19種類もの新鮮な季節の野菜を、子どもたちは残さず食べています。



里山の保全活動を行っている「(特) まちだ結の里」の方々から市内の谷戸で育てたじゃが芋やもち米、大豆などをいただきます。カレーやおこわ、ポークビーンズを作ります。



新鮮な大根は、葉っぱも使います。サラダや味噌汁、混ぜご飯に。カルシウムもあって栄養満点です！

また、子どもたちが農家の方に教わり、学校農園で育てた野菜を給食で味わいます。特に、5年生が地域の方の協力で田植えから育てたもち米は毎年約150kg収穫し、もちつきをしたり、給食ではお赤飯になります。

3年生は地元の畑を見学し、広い畑や作物を見て、さらに農家の仕事や野菜へ興味・関心を持ちます。



栄養士より

小山田は地域の人や環境に恵まれ、地元でとれた食材をたくさん給食に利用しています。そのことは、子どもたちにとって日々の生活の一部になっています。

子どもたちに給食を通して作った人の顔が見える安心感を伝え、子どもたち自身が作る苦勞を体験する中で、地域の多くの人に支えられていることを感じてほしいと思います。

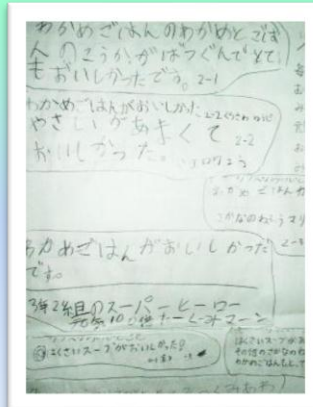
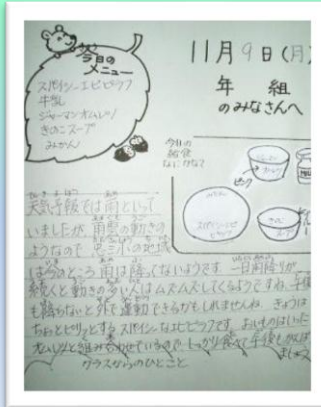
小山田小学校の食育その他の取り組みについては学校のホームページでご覧いただけます。

小山田小学校ホームページ：<http://www.machida-ky.ed.jp/e-oyamada/>



食育の取り組み

忠生第三小学校



毎日のおたより・児童の感想

各クラス・児童の感想を取りまとめ、翌日におたよりにして各クラスに届けます。



3年生は、豆腐作りや学校にある梅の木の実を使った梅ジュース作りを行いました。食材に興味を持ち、食べる意欲に繋がるよう、体験学習を行っています。



そらまめ・とうもろこしの皮剥き体験を行いました。皮剥きをした野菜は全校児童に、給食として提供されました。



クラスバイキングの日は、児童が自ら栄養バランスを考えて、取り分けます。自分で選ぶことで、食への関心を高めます。

これからも実践活動を進めていきます！

忠生第三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。

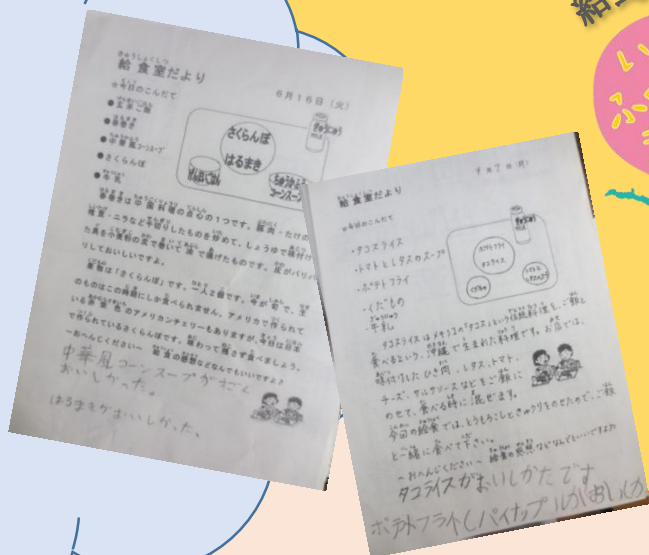
<http://www.machida-ky.ed.jp/e-tadao3/>

給食を通して

いいこと
ふくらむ
まちだ

★給食室だより

その日に出る給食の献立と、その献立に関連した料理の話やクイズ、その日に使用した食材についてのことなどを毎日おたよりとして給食の時間に配布し、お昼の放送で紹介をしています。また、そのおたよりには食べたあとの感想が書かれて、給食室へ返ってきます。



★日本各地の料理・世界の料理

日々の給食献立の中では、普段食べたことのない日本の郷土料理や世界の料理を出しています。知らない国の食文化や都道府県についても知ってもらえます。

左写真：ソーキそば・チャンプル
ちんすこう

右写真：パエリア



山崎小学校 給食を通じた食育



1年生・きのこほぐし

食育は給食を食べる場だけではなく、子供たちが実際にきのこに触れ、食材について学んでもらいます。その中で1年生には秋の味覚のきのこを手でさいてもらおうお手伝いをしてもらいました。そして、給食ではそのきのこを使ったキノコソースとして提供しました。





地元や農家の方と連携した食育

町田市立小山田南小学校

小山田南小学校では、地元の人に協力していただき、子供たちに体験を通して食育を学べる環境を作っています。各学年の先生方と栄養士で協力して子供たちに本物の体験をできる環境づくりに力を入れています。

給食委員会による野菜の栽培



農家の田中さんから苗をいただき、自分たちで野菜を育てることにチャレンジしました。また、農家の田中さんに育てかたをご指導していただき、より一層本格的に栽培をすることができました。収穫した野菜は給食でもとりいれました。今は冬野菜の小松菜とほうれん草を育てています。



農家の田中さんの畑見学



収穫しているところ 冷たい水で洗っているところ

田中さんの畑に見学に行き、収穫体験も行いました。夏はピーマン、冬はチンゲン菜を収穫しました。収穫したチンゲン菜は自分たちで洗って泥を落とし、給食室に届けました。自分たちで収穫したものは、より一層おいしく食べられました。



井上靴店さんによる味噌造り体験

小山にある井上靴店の小野さんをゲストティーチャーにお招きし、みそ作りを学びました。国語の授業で「すがたをかえる大豆」で学んだことを実際に体験することで、より深く学習することができました。



小野さんからやり方を学ぶ みんなで一斉懸命大豆をつぶす

栄養士より

これらの体験を通して、食べ物のありがたさ、農家や地域の人に支えられていることなどに気づいてくれることを願っています。さらに、残さず食べる意欲につながってくれればと思います。

ひみこのはがいーぜ



ひみこのはがいーぜ

～毎月19日は食育の日～

木曽境川小学校

木曽境川小学校では、毎月19日の食育の日に学校全体で食育に取り組んでいます。
 2015年度の食育の日のテーマは「ひみこのはがいーぜ」です。
 毎月繰り返し指導することにより、子供たちの理解が深まります。
 ※「ひみこのはがいーぜ」は、日本咀嚼学会が提唱する、よくかむことの効用の頭文字をとった標語です。

かみかみメニューの給食

玄米入りごはん

玄米が入ってかみこたえアツ!



いかの生姜焼き

いかはかみこたえがあります!

かみかみごぼうチップ

ごぼうを揚げて甘辛味に。大人気メニュー!



じゃこチーズトースト

じゃことトーストは、かみこたえあり!

じゃことチーズのカルシウムで歯を丈夫に!

まめ豆スープ

野菜スープにひよこ豆をプラス!

かみこたえも栄養価もアツ!

「ひみこのはがいーぜ」のおはなし



い = 胃腸の調子をよくする

ぜ = 全身の体力アツ

ひ = 肥満防止

み = 味覚をよくする

こ = 言葉の発音が

はっきりする

の = 脳がよく働く

は = 歯の病気を

予防する

が = がんを予防する



きょうも
おいしかった♪
ごちそうさま!

木曽境川小学校ホームページ : <https://www.machida-tyk.ed.jp/e-kisosakaigawa/>