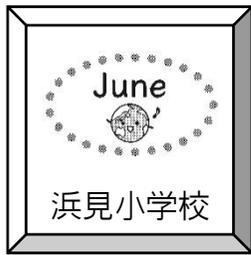




# 6月の給食だより



## 6月は「食育月間」です!

毎月19日は『食育の日』、そして毎年6月は『食育月間』となっています。子どもの健康づくりに毎日の食事は大きな役割を果たしています。栄養面だけでなく、豊かな心や社会性を育て、自分で判断し、生活できる大人になるためにも食育が果たす役割には大きなものがあると感じています。

### 旬の野菜にふれましょう そらまめ

5月12日、1年生とはまみ学級さんに『そらまめのさやむき』をお手伝いしてもらいました。『そらまめくんのぼくのいちにち』という本の読み聞かせを聞き、いろいろな豆についても勉強しました。その中で、「そらまめのベツは本当にふわふわなのかな?」という疑問を解消すべく、その日食べる全校分のそらまめのかわむきを丁寧にむいてくれました。色や豆の大きさ、ふわふわの観察も上手に行ってくれました。「給食はやくこないかな♪」というわくわくの気持ちでもかえた給食時間。大人の味わいのそらまめに例年どの1年生も渋い顔でそらまめとにらめっこしている印象でしたが、今年の1年生は「苦かった～」といいながら、お皿の中はからっぽ!! 大変感心しました。



6年間、いろんな食べものと出会い、自分の体の栄養となる食べものをよく知り、好きになってくれることを願っています。



ふたつはだーん! その方がさやはむきやすーい! 大興奮! とろろの粉!



ふたつはだーん! 給食は美味!



自分で試した豆の味がどうかな?



## 環境にやさしい行動をしよう

6月は環境月間です。環境のために、自分ができることを考えてみましょう。買い物時にマイバッグを持っていく、調理や洗い物の時に水を出しっぱなしにしない、汚れは古布で拭いてから洗うなど、できることはたくさんあります。

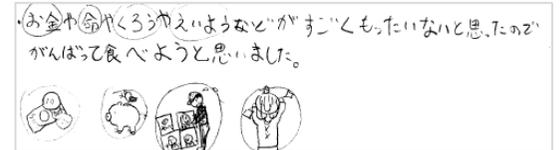
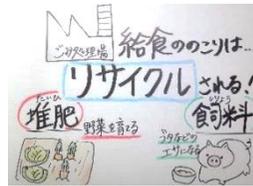
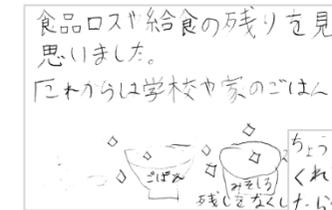
### 4年生と「給食の残りはどこへ? 給食の残りについて考えよう」の学習をしました。

社会科でごみや水について学習している4年生と、更に深める学習として、『給食ののこりはどうなるのか』を勉強しました。その日の給食の残りを給食室で見た後に、給食の残りは『堆肥』や『飼料』になりますが、リサイクルには多くのお金がかかっていることについても、お勉強しました。

給食をただおいしく食べるだけでなく、作ってくれる方の思いや、命、環境問題とも関連して考えてくれました。



・しょうじくを食、こくたこいる  
人たちの気持ちも、わが、たし  
も、こがんば、こなるべく、しく品うすを  
へらしていきたりです。



命も、たない、きらいな牛や、もが、んは、は、て、な、る、藤、足、全、たい、の、せい、めん、か、も、た、ない、

ち、う、り、い、ん、さ、ん、か、何、時、間、も、か、け、て、作、て、く、れ、た、か、ら、食、べ、た、方、か、い、い、と、思、い、の、こ、た、い、命、を、す、て、い、る、の、と、同、じ、だ、か、ら、(か、け、て、な、牛、)か、か、て、も、う、ち、と、食、べ、よ、う、と、思、い、ま、し、た、。

も、た、い、な、り、さ、ら、い、な、も、1、人、か、か、か、は、り、1、口、づ、つ、食、い、れ、ば、と、ん、な、に、少、な、く、お、金、も、は、ら、あ、な、い、た、ら、う、と、思、い、ま、し、た、。

### しゃきしゃきそばろ井

- 《材料 4人分》
- 炒め油 大さじ1
  - 鶏挽肉 150g
  - にんじん 30g
  - たまねぎ 100g
  - 切干大根 35g
  - さとう 大さじ1
  - しょうゆ 大さじ強
  - みりん 大さじ1
  - 片栗粉 小さじ1

### 【かき週間に登場するメニュー! 人気お料理】

- 《作り方》
- 1 にんじん…せん切り、たまねぎ…短いせん切り切干大根…水で戻し、1cmに切る。
  - 2 鍋を熱し、油を適量入れ、鶏挽肉を炒める。
  - 3 次に、にんじん・たまねぎを炒め、しんなりしたら切干大根も加えて、さらに炒める。
  - 4 調味料を加え、少し煮ていく。
  - 5 味がしみたら、水で溶いた(小さじ2)片栗粉を加え、とろみをつける。
  - 6 5を炊いたごはん(分量外)の上にかける。