

幡代小学校食育だより

～早寝・早起き・朝ごはん～

令和2年1月31日
渋谷区立幡代小学校
校長 奈良 佳津志
栄養教諭 渡邊 麻季

令和2年が始まりました。今年もよろしくお願いいたします。



健康委員が健康集会を実施しました(令和元年11月21日(木))

健康委員会では、風邪をひきやすい時期に、手洗いうがいの大切さをテーマに健康集会を実施しました。今年度、健康委員会で作ったキャラクター「シルヘイ」と「はたぴょん」が主人公の劇とクイズで、低学年にもわかりやすく説明しました。



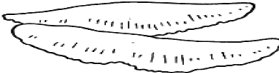
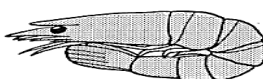




新しい年の初めに食べるもの

新しい一年に新たな気持ちでいろいろなことにチャレンジできると良いですね。特に嫌いな食べ物がある子から、「今年は〇〇を食べられるようになろう」という声が聞こえてきたらうれしいなと思います。

ご家庭で、年の初めに食べるものといえば「正月料理」。お雑煮やお節料理を楽しまれたでしょうか。お節料理には、古人の願いが込められています。この機会に願いや意味を確認すると毎年のお節料理がさらに楽しみになってきます。給食でえびの天ぷらを出した日に、2年生の一人に「えびを食べるとなぜ縁起が良いのか知ってる？」と聞くと「(腰が曲がるまで)長生きできるから」とさっと答えてくれました。お家で話題になっているのだなととてもうれしく思いました。

〇おせち料理に込められた願いや意味〇

<p>黒豆</p>  <p>まめに暮らせるように</p>	<p>ごまめ(田づくり)</p>  <p>五穀豊穰(作物の豊作)を願って</p>	<p>かずのこ</p>  <p>子孫繁栄(子宝に恵まれるように)を願って</p>
<p>えび</p>  <p>長寿を願って</p>	<p>きんとん</p>  <p>金運を呼ぶ縁起物として</p>	<p>こぶ巻き</p>  <p>「喜ぶ」という言葉の「こぶ」から縁起物として</p>

1月24日から30日までは、全国学校給食週間でした

今から約130年前に、山形県の小学校で、まずしい子供たちのために作られた、おにぎりなどが最初の給食と言われています。

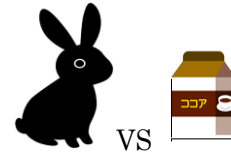
戦争が終わり、給食がもう一度始まったことを記念して、この週間が始まりました。幡代小学校では、昔(昭和)の給食を紹介しています。



新入りうさぎと全国学校給食週間「昔(昭和)の給食」

幡代小学校に新しく加わった小さなうさぎの名前が、児童の投票により決まりました。飼育委員から、1月27日(月曜日)の給食の時間の放送で、名前発表がありました。

学校のうさぎの名前は代々、甘いお菓子が多いようです。うさぎの「チョコ」の次は、「ココア」に決まりました。黒い毛の小さなうさぎにぴったりのかわいい名前です。そして、この日の給食は「ココア牛乳」。本校の全国学校給食週間は、「昔(昭和)の給食」をお出ししていますが、牛乳にミルメークのココア液を自分で入れて作るセルフココア牛乳でした。低学年の子供たちは、手をベタベタにしながら、「甘くておいしい」と飲んでいました。きっと子供たちは、今日のことを覚えていてくれることでしょう。



渋谷区健康レシピコンテスト(第7回)で、5年生山田世碧さんが小学校部門努力賞を受賞!

渋谷区では、毎年、区民の健康づくり事業の一環として、小学生・中学生向けに「健康づくりレシピコンテスト」を実施しています。今年度は、「我が家のとっておきの豆料理！」がテーマでした。本校では、5年生の山田世碧さんの「糖OFFチヂミ」が努力賞に輝きました。審査員からもテーマにあった料理と高い評価を受けていました。給食で実施し、全校児童に食べてもらいました。

令和元年度

「我が家のとっておきの豆料理！」

努力賞 5年生山田世碧さん

タイトル 「糖OFFチヂミ」



< 12月16日給食 >

- ・キムチ炒飯
- ・糖OFFチヂミ
- ・わかめスープ
- ・牛乳



給食に登場する食べ物を本から探そう! 「お話給食」~ワクワク、ブック給食(冬)~が始まりました

冬の読書旬間(1月27日~2月7日)に合わせて、毎日、本に登場する食品・料理に関する給食を用意します。学校図書館入口には、専門員の杉田先生作成のブック給食の本コーナーを用意しました。また、クイズコーナーを2月から設置し、全問正解した人には、健康委員がステキなプレゼントを手渡す予定です。



本に出てくる
食べ物が
いっぱい