

# 食育だより No.2

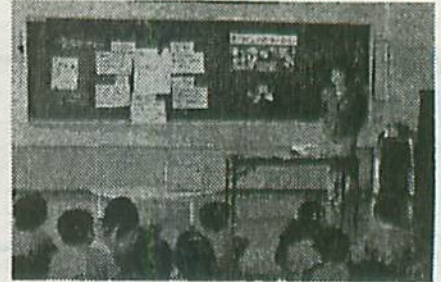
平成 20 年 12 月 17 日  
寒河江市立南部小学校

## 心を育む学校給食週間

「給食の歴史を探ろう」



4年 食べ物教室



給食の歴史や食べ物の持つ栄養にふれながら、食への関心と理解を深めようと、今年度の「心を育む学校給食週間」を12月1日から10日まで実施しました。

- ① 12月1日～5日の週は「給食の歴史を探ろう」をねらいとした献立で現代、昭和50年頃、和食基本、昭和40年頃、明治22年の給食を実施しました。
- ② 2日の朝会では、校長先生から給食の思い出と食べ物のいのちをいただいていることを話していただきました。
- ③ 2日に縦割り班のなかよし給食では、学年を超えたつながりを深めました。
- ④ 調理師さんへ歌や作文を贈り、感謝の気持ちを伝えました。
- ⑤ 食べ物教室（栄養指導）とクイズで全学年が栄養の勉強をしました。

食についての話や活動によって、子ども達は食への関心を深めることができましたと思います。食が豊かになった現在ですが、野菜嫌いや正しく箸をもてない子がいます。お家の方が食の大切さや郷土料理、食事のマナーなどについて、一緒に食べながら話をしていただけると、食べ物への感謝や郷土料理のよい点などが伝わるのではないのでしょうか。健康で生活するには、食が大切です。子どもに「おいしいね。」と一言かけられる家庭にしてほしいと思います。



コロコロして、うまくつかめないな～

### 豆つかみ大会

12月10日、元気はつらつ委員会による豆つかみ大会がありました。30秒で何個つかめるかを競いました。

学年1位 おめでとう！

- |           |          |
|-----------|----------|
| 1年 宮林 舞   | 4年 太田 天音 |
| 2年 結城 右京  | 5年 柏倉 彩加 |
| 3年 布川 翔主磨 | 6年 佐藤 勇太 |

※ 20個が最高でした。年末年始休業に箸が正しく持っているか確認をお願いします。





心を育む学校給食週間  
食べ物教室

きょうわかったことや  
これから気をつけることを  
書いてみよう。

**ひまわり 大ぬまさとり**

きいろのはたらきと  
あかのはたらきとみどり  
のはたらきがわかって  
よかたですわなし。  
はとくいみどりの  
なかまをたべます。  
よくかんで、かいたの  
ちゅうじょうをたべよう。

**ひまわり 氏家一真**

ちゃんとごはんを食べな  
いばたいへんなことに  
なるとおもわなかつたので  
こんどからは  
いっぱい食べます。  
おちらいをいばい、食べよう。

3年1組 名前 羽柴鈴菜

わたしは、食事バランスは、ちりでした。  
でもわたしは、まだまだだと思いました。  
でも今度からは、食べものに感し  
たり、運動をし、かりたりして、気  
をつけます。うんちのことや、体のはた  
らき、小ちょう、大ちょうの名前は、は  
じめてしりました。いはいんきょうができて  
うれしです。ありがとうございます。  
た。

よくかんで、食べましょう。

4年1組 名前 阿部 匡

ぼくは、食物せんいが多い食  
べ物を知りませんでした。野菜  
などに入っているんだなと  
思いました。だから、家  
の食事の時でも野菜とい  
っぱい食べようかなと思  
いました。牛とか動物には入  
っていないと知っておくま  
した。食物せんいが入って  
いる食べ物を好きになら  
なるといいなと思  
いました。かみして食べま  
しょう。

5年2組 名前 川口 優楓

今日分かった事は、食物せん  
いが多いものはたくさんあ  
って、少ないものはありません  
でした。なので、これから食  
物せんいが多いものをたく  
さん食べたいななと思  
いました。おたけ、食事がかた  
よ、てい子の  
で、苦々なものを食べよう  
にしたいです。食物せんいは、豆、海  
藻、野菜、くだものに多くあ  
ります。

6年1組 名前 (高橋麗)

◎ 今日わかったことやこれから気をつけることを書いてみよう。  
私は食物せんいがくたものにもあることを始めて知りました。中学に  
入ってからは弁当になるけれどなるべく食物せんいの多い料理を  
食べたいです。きんぴらごぼうや、みそ汁など、ふつうに毎日  
でくるけれど、食物せんいがいっぱい入っているから、体にいいし、食  
べ残しは悪いなとあらためて感じました。  
中学生になったら、お弁当には自分で弁当をつくらせよう。

6年2組 名前 (工藤 尚路)

◎ 今日わかったことやこれから気をつけることを書いてみよう。  
今日、わかったことは、身近な食べ物に食物  
せんいが入っていることわかりました。  
あと食物せんいの多いものもわかりました。  
食物せんいは、大切ななんだなと思  
いました。魚ばかりだとかわなくていいな物  
を食べてほしいなと思  
いました。よくかんで食べま  
しょう。