

しょくいく 食育だより



令和4年7月14日
横浜市立平沼小学校
校長 寺岡 徹
栄養教諭 星 智美

いよいよ来週から夏休みです。夏休み中も早寝早起き朝ごはんてよい生活リズムで過ごして、元気に勉強や運動ができるようにしましょう。

お知らせ

☆7月21日(木)で給食は終了します。

15日(金)に持ち帰った白衣は、翌週19日(火)に忘れずに持ってきてください。

19日(火)~21日(木)の給食当番はエプロンの準備をお願いいたします。

白衣は洗濯とアイロンがけを済ませ、ほつれやゴムののびなど各ご家庭で直していただけると助かります。



☆夏休み明けの給食は、8月31日(水)から開始です。

☆夏休みコンクール募集について

- ・第20回はま菜ちゃん料理コンクール
- ・第8回横浜の子どもが作る弁当コンクール
- ・かながわ学校給食夢コンテスト

応募方法等の詳細については、平沼小 HP「食育コーナー」や学校から配布された「夏休み作品募集」でご確認ください。



たくさんの応募
お待ちしております♪

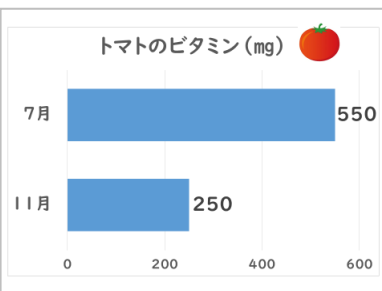
食育の取組

★2年生 学級活動「夏野菜を食べよう」【7月】

給食で夏野菜をたくさん使っている理由を考えた
り、苦手な野菜でもどんな工夫をして食べているの
かを話し合ったりして、夏野菜をおいしく食べるめ
あてを決めました。

<夏野菜の特徴>

- ・体を冷やす(熱中症予防)。
- ・たくさんとれて、おいしい。
- ・栄養がある。



夏のトマトに含まれるビタミンの量は冬のトマトの約2倍です!



★2年生・5組とうもろこしの皮むき【7月5日】



ひげ(めしべ)と実がつながっている。



皮をむいていくと、甘い匂いとともに、とうもろこしの実が見えてきました。

★1年生・5組えだまめのさやとり【7月7日】



場所によって枝豆の実の数が違う。



葉っぱの大きさや根の様子なども観察して、さやとりをしました。