

令和2年11月6日
横浜市立名瀬小学校
校長 中嶋 孝宏
栄養教諭 小幡 愛

食育だより

ひ ごとに あき ふか がつ にち きんろうかんしゃ ひ か わしょく ひ
日ごとに秋も深まってきました。11月は、23日の「勤労感謝の日」や24日の「和食の日」があります。

せいさんしゃ しよく たずさ ひとびと かんしゃ きも あらわ わしょくぶん かけいしやう たいせつ かんが きかい
生産者をはじめ、食に携わる人々への感謝の気持ちを表し、和食文化継承の大切さを考える機会として
ください。

みの あき いねか ねんせい 実りの秋☆～稲刈り・5年生～

ねんせい がつ か いねか たう げつ た
5年生は、10月14日に稲刈りをしました。田植えから4か月が経ち、
りっぱ そだ いね み こめづく くろう じっかん ご きゅうしょく
立派に育った稲を見て、米作りの苦労を実感しました。その後の給食
では、自分が食べるごはんのひと粒ひと粒を大切にし、食器についた
こめつぶ のこ た べようす ようす み
米粒も残さず食べようとしている様子が見られました。



がつ しょくいく ひ しどう からだ あか た もの し 10月の食育の日の指導☆～じょうぶな体をつくる赤の食べ物を知ろう～

まいつき にち しょくいく ひ たんにん せんせい ちゆうしん はったつだんかい おう しどう
毎月19日は食育の日です。担任の先生を中心として、発達段階に応じた指導をしています。



ねんせい <1年生>

た もの からだ なか はたら あか
食べ物は体の中での働きによって、赤・
き みどり
黄・緑の3つのグループに分けられます。9
が つ き た もの
月は「黄の食べ物」について学習したことを
おも だ あか た もの しゅるい はたら
思い出しながら、赤の食べ物の種類や働き
まな
を学びました。

ねんせい <2年生>

デジタル教材とワークシートを
かつよう しどう
活用して指導しています。学習
の積み重ねにより、自信をもって
はつげん ようす み
発言する様子が見られました。



ワークシートで振り返りました。



家庭科・食の題材の学習が始まりました☆

5年生は、家庭科室や調理に必要な用具等の使い方を学ぶところ

からスタートしました。また、これまで学習してきたことや新たな知識を

活用し、栄養バランスのよい食事について考えました。



6年生は、「いためる調理」について学習します。じゃがいもの皮を

むき、ゆでた後、いためる実習を行います。家庭での皮むきの練習

の際には、温かく見守っていただきありがとうございました。

一人ひとり調理し、お互いを見合ったり、
アドバイスをしたりして行っています。

普段よりも、苦手な
ものに挑戦する姿が
見られました。

残さず食べよう週間～給食委員会の取組☆

10月26日から5日間は「残さず食べよう週間」を行いました。

10月は「食品ロス削減月間」でもあることになみ、その日の給食

献立の中から1品、残量を調べ、全部食べられたらバランスイ～ナ



ちゃんのパーツをプレゼントしました。自分の給食の食べ方を見直す機会になりました。

11月の献立について

○11/19(木)：豆じゃがを^{まめ}変更し、はまぼく^{へんこう}と^{どん}井の^く具^{じゅう}を実施します。

○11/20(金)：かつおのごまみそあえを^{へんこう}変更し、めかじきとさつまいもの^{なんばんづけ}南蛮漬^{じゅう}を実施します。

○11/25(水)：秋味ごはんの^{あきあじ}具^ぐを^{へんこう}変更し、豚肉とさといもの^{ぶたにく}おろし煮^に・ごま塩^{しお}を実施します。

○11/26(木)：在庫物資の^{ざいこぶつし}調整^{ちようせい}のため、りんご^{かん}缶^{おうちょうかん}を黄桃缶^{へんこう}に変更します。

★11月はJA直送のキャベツ・にんじん、門倉農園のさといも・さつまいも・だいこんを使用します。

©自校炊飯：11/2(月)1・2年生、個別支援級、11/17(火)3・4年生、11/27(金)5・6年生