

# きゅうしょくだより



令和6年1月26日  
横浜市立矢上小学校  
校長 岸 俊介  
栄養士 齊藤 佐也佳

1・2月号

1月は24日から30日まで、全国給食週間です。本校も18日より1週間給食週間の取組をしていました。給食にとって節目の月でもありますので、ご家庭でも給食や食生活について話題にしていただけたいと思います。

節分をすぎれば、暦の上では春になります。2月の給食では節分にちなんだ、鰯と大豆を使った献立がでます。昔から、節分にはこれらの食材が使われた料理を食べます。厄をはらって丈夫な体を作り、元気に春を迎えていただきたいと思います。

## 1月の給食目標

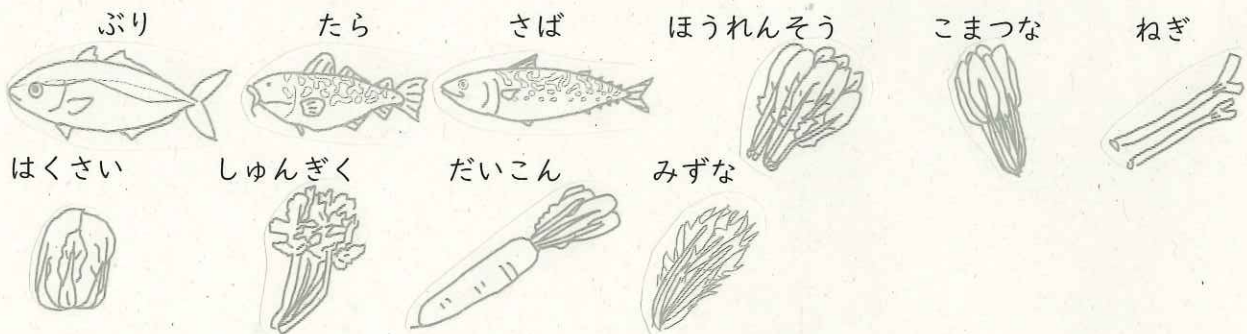
感謝の気持ちで食事をしよう

- ・感謝の気持ちをこめてあいさつをしよう。
- ・食後の片づけなどをていねいにしよう。
- ・作ってくれる人・給食当番など食事に関わるすべての人に感謝しよう。



## 1月の献立

○冬においしい旬の食品を取り入れました。



○日本の伝統的な食文化を伝えるために、正月料理を取り入れました。

16日(火) 白玉ぞう煮 なます

○給食週間にちなんだ献立を取り入れました。

歴史を伝える献立…18日(木) ごはん、梅干し、焼きのり

横浜にかかわりの深い献立…15日(月) すき焼き風煮、17日(水) サンマー麺

給食にかかわる人に感謝の気持ちをもてる献立…30日(火) とんかつ

<矢上小の独自献立・独自物資>

○1月の給食目標にちなみ、地域産物を多く給食で使用しました。

11日(木) 親子煮(横浜市産 ほうれん草) 17日(水) サンマー麺(港北区産 小松菜)

19日(金) けんちん汁(横浜市産 里芋・大根)

29日(月) ミックスフルーツ(神奈川県産 みかん缶/黄桃缶の代わりに使用します)

30日(火) みそ汁(横浜市産 大根・神奈川県厚木産 津久井味噌)

## 2月の給食目標

寒さに負けない食事をしよう

○しっかりと食べ、体調をくずさないようにしよう。

特に体を温めるための「主食」、エネルギーを長持ちさせる「主菜」、  
かぜなどを予防する「野菜やくだもの」を意識して食べましょう。



## 2月の献立

○旬の食品を取り入れました。

さば



はくさい



だいこん



こまつな



みずな



ほうれんそう



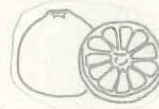
かぶ



ブロッコリー



いよかん



○節分の行事食を取り入れました。

2日(金) 煮魚、揚げ大豆

○寒さに負けない食事として、体を温める汁物・シチュー・煮物を取り入れました。

1日(木) かきたま汁 2日(金) 豚汁 9日(金) みそおでん 14日(水) ミネストローネ

16日(金) 生揚げとだいこんの煮物 20日(火) 肉だんごとはくさいのスープ 21日(水) 呉汁

22日(木) カレービーンズシチュー 28日(水) きつねうどん 29日(木) 野菜のスープ煮 など

○我が家の自慢料理の入賞作品を取り入れました。

15日(木) かつおそば

## ～給食週間の取り組み～

矢上小学校では、1月18日(木)から26日(金)まで給食週間でした。

クラスでは、一人ひとりが取り組み、給食の時間を「みんなで気持ち良く食べれる」ように各クラスで目標を決め、「みんなで気持ち良く食べようすごろく」に取り組みました。子どもたちはマナーや食べる環境づくり、食べ方、食事のあいさつなどの目標に取り組んでいました。

また、給食委員会では給食についての動画をつくりました。委員会活動中に感じた、矢上小のみんなに知ってもらいたいという給食の返却の仕方への思いをもとに、「正しい食器の返却」「白衣の着方とたたみ方」についての動画と、1年生から6年生まで楽しめるように「給食・食べ物クイズ」の動画を作成しました。給食週間中に各クラスで視聴しました。

栄養職員からは、「給食室を探検してみよう」という普段見ることができない給食室の中の様子や調理員さんたちの思いを伝えられるような動画をつくりました。また、学校司書と連携し、個別支援学級、1・2年生の図書時間に、「給食室の1日」という本の読み聞かせ後、矢上小の給食についてお話をしました。

