

食育だより 9月号

令和6年 8月30日
横浜市立山内小学校

残暑もまだ厳しいなか、学校が始まりました。秋には学校でいろいろな行事が行われます。勉強や行事などに充実して取り組み、心身ともに健康であるためには、体調を整えておくことが大切です。これまでの生活リズムを見直し、早起き・早寝・朝ごはんを朝から元気に学校生活を送れるようにしましょう。

《9月の給食》

○旬の食品を多く取り入れました。

（なす、ピーマン、さつまいも、なし、かつお）

○十五夜（9月17日）にちなんだ料理を取り入れました。（月見汁）

○敬老の日にちなみ、日本型食生活のよさを伝える献立を取り入れました。

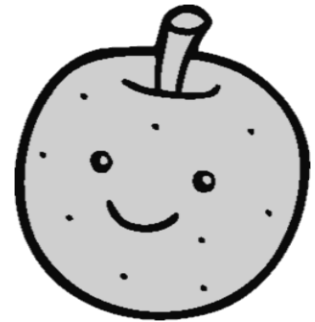
（ごはん、煮魚、磯香あえ、みそ汁）

○残暑が厳しい時期なので、主食が食べやすい献立を多く取り入れました。

（ビビンバ、麻婆なす、いわしのかば焼き、豚丼の具、肉そぼろ、栄養満点丼、ツナペースト）

○はま菜ちゃん料理コンクール受賞作品を取り入れました。

（はま菜ちゃん甘みそ野菜炒め）



《山内小オリジナル献立》

○19日のミックスフルーツの果物を「**黄桃・ぶどう・甘夏みかん**」に変更します。

旬の果物を使い、ぶどうのツルっとした食感と、甘夏みかんの酸味と香りを味わえる、爽やかなミックスフルーツにします。

※ 今年は地元で栽培されている浜なしの生育が遅れていることから、4日の梨は市場に出回っている幸水・豊水どちらかの提供となります。（基準献立の変更はございません）

○夏休み明けの給食は 9月2日（月） から です。

❀ 1年生がとうもろこしの皮むきをしました ❀

7月5日の「とうもろこし」の皮を1年生が剥きました。当日の朝に納品されたばかりの全校分のとうもろこしを1時間目にむいて、給食室に届けてくれました。

基準献立では皮むき済のとうもろこしが納品されますが、皮をむいて時間がたつと糖度が落ちるため、山内小では皮付きで納品してもらい、当日にむいて茹でたものを給食で提供しました。



子ども達が届けてくれてから洗って、切って、茹でて、数えてクラスごとに配ります。

給食室も大忙しですが、子ども達から「皮むきが楽しかった」「甘くてとってもおいしかった！」などの声をたくさん伝えてもらいました。教室では、とうもろこしの皮をむいて、観察して、香りをかいで…しっかりと旬の食材に触れ合うことができました。

☆☆ 子どもの給食を知る会のご報告 ☆☆

7月12日に「子どもの給食を知る会」を行いました。今年度は1年生保護者を優先し、その募集後に残りの枠を全校保護者へ再募集する形で行いました。1年生の時に参加できなかったり転入生で参加していなかったりした方も参加できるような形としたことで、51名のお申込みがありました。準備、運営などPTA保健環境委員の方々为中心となって工夫して進めてくださいました。ご協力いただき、本当にありがとうございました。

ご参加いただいた保護者の方々のアンケートの回答とともに、子どもの給食を知る会のご報告をさせていただきます。

アンケート結果 報告

【参加者のご家庭での食事についての様子や習慣についてのアンケートさせていただきました。】

(1) 家庭での食生活について

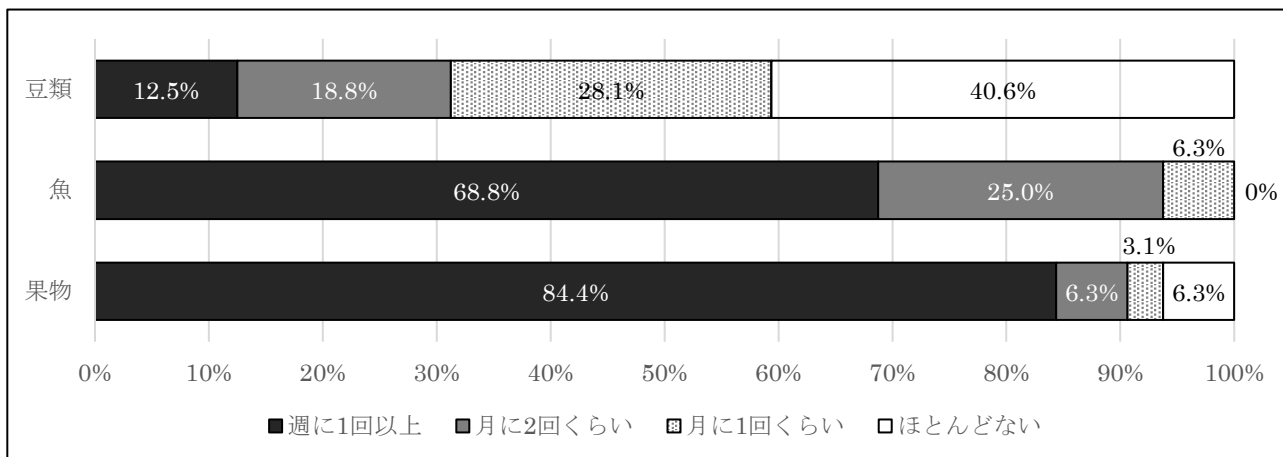


図1 豆類・魚・果物が食卓に並ぶ頻度 (n=32)

(2) 食事マナーについて

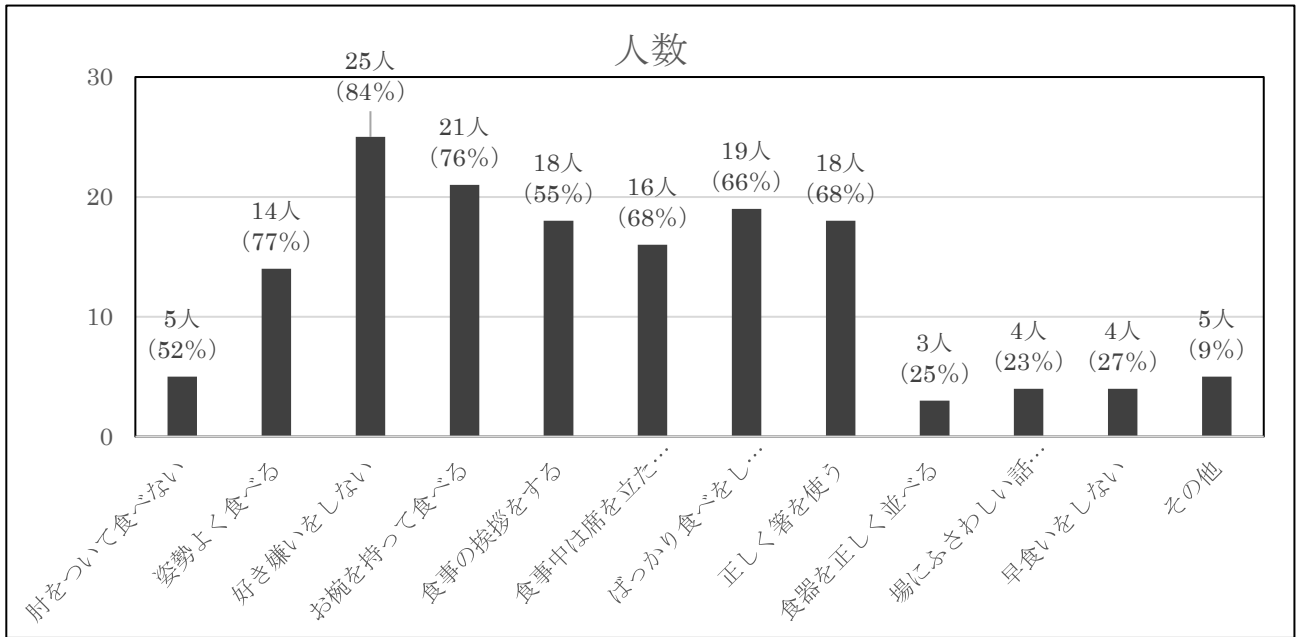


図2 食事マナーについて家庭で子どもに話していること（複数回答可）（n=32）

子どもの給食を知る会【ご意見・ご感想】

【皆さまから、たくさんのご意見ご感想をいただきました。一部抜粋です。】

給食があんなに手間をかけて温度をはかるなど
きっちり管理されて、細かく計算されて作られ
ていると知ってびっくりしました。家ではここ
までできないので本当に感謝です。

人気だと聞いていたチリコンカーン、とて
も美味しかったです。約800食を作っ
ているのに、ひと手間をかけ安全に美味しく
食べられる工夫を行っていて驚きました。

美味しく温かくて、子どもが残さず
食べてくる理由がわかりました。

ビデオの内容や、栄養士
さんの話がわかりやすく
楽しかったです。

どのような思いで作られ
ているか、衛生管理を含
め実際の工程、子ども
の様子などを知ることが
できて良かったです。

安心・安全な給食を作っている事が
わかり感動と感謝！子どもにも伝えたいです。

野菜が苦手なのですが、給食だと食べられる
ようです。皆で食べる給食パワーを感じます。

