

食育だより 9月号

令和8年8月27日
横浜市立山内小学校

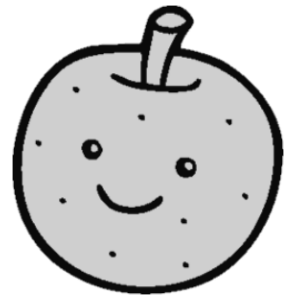
残暑もまだ厳しいなか、学校が始まりました。秋には学校でいろいろな行事が行われます。勉強や行事などに充実して取り組み、心身ともに健康でいるためには、体調を整えておくことが大切です。これまでの生活リズムを見直し、早起き・早寝・朝ごはんを朝から元気に学校生活が送れるようにしましょう。

《9月の給食》

○旬の食品を多く取り入れました。
(かつお、なす、ピーマン、さつまいも、なし)

○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、豚汁)

○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。
(秋なすカレー、ビビンバ、麻婆豆腐、回鍋肉、肉そぼろ、ツナそぼろ、タコライスの具、カレーピラフの具)



《山内小オリジナル献立》

○3日 横浜市内産の「浜なし」を提供予定です。幸水・豊水どちらかの提供となります。天候などの関係で、浜なしが集荷困難になった際は、市場に出回っているなしに変更して提供いたします。(基準献立の変更はございません)

○10日 にんじんごはんの具を「**にんじんの炒め煮**」に変更します。
酢をきかせて、さっぱりと食べられる副菜として炒め煮にします。

(油揚げ・にんじん・ごま油・ごま・しょうゆ・さとう・酢)

○18日 「みそ汁」の実に、**地場産の「さつまいも」「こまつな」**を取り入れます。
さつまいも・こまつな・たまねぎ・えのきだけの「みそ汁」にします。

○夏休み明けの給食は **9月1日(火)** から です。

・マスク・帽子のゴムが伸びていないか、サイズはあっているかなどのチェックをし、毎日清潔な給食セット(マスク・帽子・ナフキン・きれいなハンカチ)を準備しましょう。

・給食当番白衣や、配膳台カバーを持ち帰った際は、洗濯、アイロンがけをして、次の人が気持ちよく使えるようにしましょう。(アイロンがけは、熱消毒の効果もあります。)
修繕が必要な場合は修繕のご協力をお願いいたします。

・体調が悪い時や手や顔にけがをしていてばんそうこう・包帯などをしている際は、給食当番ができません。すぐーる・連絡帳等で担任にご連絡ください。



❀ 1年生がとうもろこしの皮むきをしました ❀

7月10日の「とうもろこし」の皮を1年生がむきました。当日の朝に皮付き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。

給食室では、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、香りのかいで…しっかりと旬の食材に触れ合うことができました。



丁寧に、楽しんで、皮をむき、観察し、みんなで給食室に運びました。

給食室では、洗って、切って、ゆでて、配りました。

☆☆ 子どもの給食を知る会のご報告 ☆☆

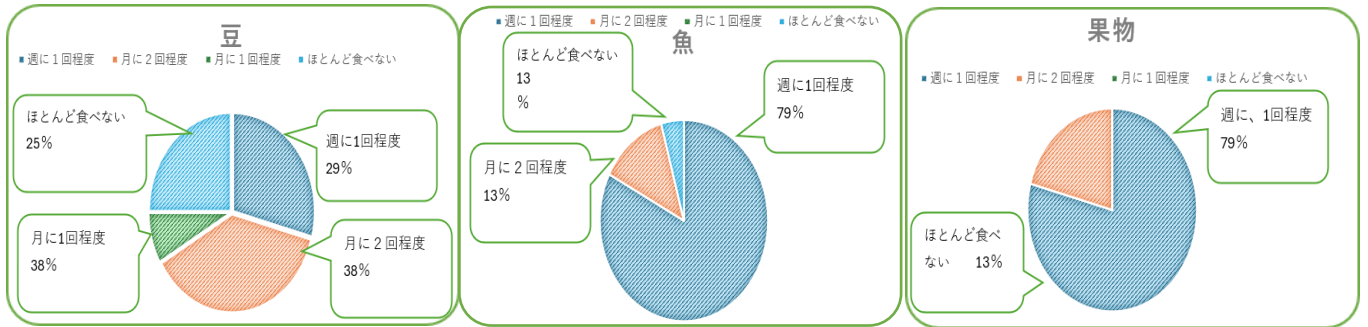
7月7日に「子どもの給食を知る会」を行いました。今年度も1年生保護者を優先し、その募集後に残りの枠を全校保護者へ再募集する形で行いました。29名のお申込みがありました。準備、運営などPTA 保健環境委員の方々が中心となって工夫して進めてくださいました。ご協力いただき、本当にありがとうございました。

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

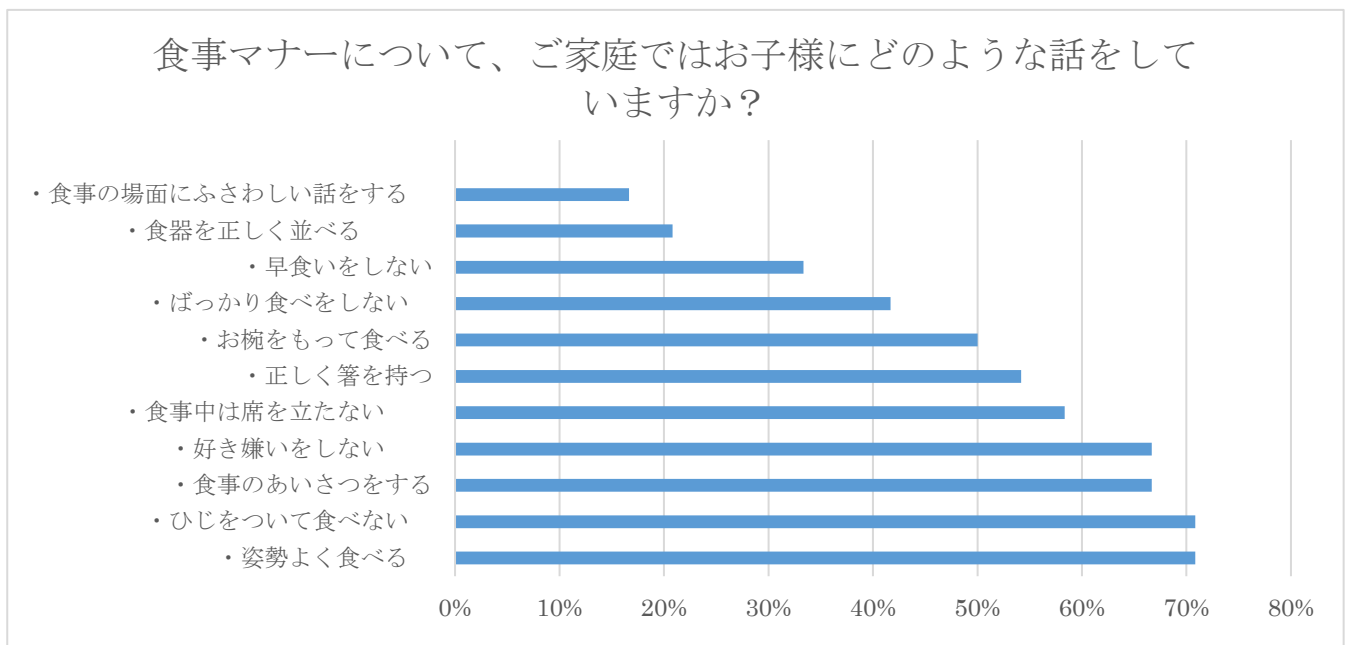
【参加者のご家庭での食事についての様子や習慣についてのアンケートさせていただきました。】

図1 豆類・魚・果物が食卓に並ぶ頻度 (n=24)



(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)



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。】

栄養士さん、調理員さんの思いを聞くことができ、一緒に子育てしてくれる人がいると思えると心強いです。

温度管理をはじめ、衛生管理をおどろくほどしっかりされていて、野菜の熱通しや、卵の管理などを知り、安心しました。

こどもが大好きなチリコンカーンとキャベツサラダ、おいしかったです。

食材や調理法にこだわってつくられていて感動しました。

家の食事でも栄養や季節のものを考えて食卓に並べたいです。

給食を作る過程を知ることができ、細やかな配慮がされていることを知ることができました。

子どもが給食が大好きで、毎日何かと楽しみに登校しています。給食なら苦手なものも食べる理由がわかりました。

