

食育だより 11月号



令和4年11月11日
横浜市立都田西小学校
校長 三橋 淳子
栄養教諭 山極 昌代

* 11月の献立から

- 地産地消月間にちなんだ献立を多く取り入れました。
- ・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。(はま菜ちゃん肉団子スープ《ごま入り肉団子》)
- ・神奈川県のお郷土料理を取り入れました。(けんちん汁)
- 旬の食品を多く取り入れ、季節感が味わえるように工夫しました。(さけ、さば、ほっけ、スマルト、さつまいも、さといも、えのきたけ、しめじ、キャベツ、こまつな、だいこん、はくさい、ブロッコリー、かぶ、栗、かき、みかん、りんご)

* 都田西小の給食

- 25日(金) 地域の浜柿を取り入れました。
- 今月の横浜市内産野菜はこまつな、ほうれんそう、にんじん、だいこん、長ねぎ、はくさい、キャベツ、ブロッコリーの予定です。



* 爪を切ってください！

大部分のお子さんに手洗いの習慣が身についています。しかし、爪が伸びたままでは十分な手洗いができません。また、体育の時間などに自分の爪をはがしてしまったり、友だちを傷つけてしまったりする危険があります。ぜひご家庭でお子さんの爪をご確認ください。



* 食に関する指導～3年生社会科 「農家の仕事」

10月27日(木) 2、3校時に3年生の社会科の教科書に載っている、野菜の生産者である「折本町の加藤さん」とGoogle ミートで3年生教室をつなぎ、「農家の仕事」について学習しました。当日は折本町へ本校の栄養教諭と事務職員で行き、iPadを使い加藤さんの畑の様子やお話している様子を撮影したり、応答を行ったりしました。教室では、担任とICT 支援員の指導のもと、子ども達が映像を見ながら学習をすすめました。



この単元では、「地域の生産者の工夫」を学習します。畑の景色、ビニールハウスの様子について画面を通して見ながら、その場で質問に答えていただきました。

- ※こまつなの生産調整で不織布がかかっているところ、かかっていないところがわかりました。
- ※ビニールハウスの中にはトラクター等の機械があり、水をまく工夫がしてありました。



土の中の様子を見せていただきました。

生産者の加藤さんのご協力により、実際に見学に行くことが難しい場所でも ICT 活用をすることで、その様子を教室で学ぶことができました。

児童のノートから

- ・横浜市がなんでも作れる土地だということがわかりました。だから作っている野菜の種類が多いのかと思いました。
- ・4時におきたら仕事をして何時にねるのか気になりました。畑全体の面積を教えてください。

* 食に関する指導～5年生家庭科「食べて元気に」

10月初めより、5年生の家庭科は食の単元に入りました。



炊飯の学習では、ガラスの耐熱なべで様子を確認することで、炊飯の際、炊飯器の中で起きている様子を理解することができました。



実習では1クラスを2グループにわけて一人ひとりが自分のみそ汁を作る時間の確保をしています。

みそ汁の学習では、実習前に「エア調理」を実施し、児童がお互いに動画を撮り、ロイロノートで提出する形にしました。手順の確認を安全にすることができました。

* 11月は地産地消月間です

○地産地消とは？

自分たちの地域でとれたものを、自分たちの食事で食べることです。

○なぜ11月が地産地消月間なのでしょう？

横浜市は、JA横浜（農協）と連携して、平成18年度（16年前）から地産地消のとりくみを本格的に始めました。このとりくみの中で、農産物がたくさんとれる11月を「地産地消月間」と決めました。

- ① 新鮮でおいしく、旬を味わうことができる。（旬とは、たくさんとれて、一番おいしい時期のこと）
- ② 作る人の顔が見え、安全・安心して食べることができる。
- ③ 運ぶ距離が短くなりガソリンを使う量が少ないので、値段が安くなる。排気ガスが出る量が少ないので、環境によいなどの利点があります。



* 10月の給食から

○10月5日 ご飯 牛乳
ガパオライスの具 春巻 タイ風スープ



肉そぼろに乾燥バジルを入れることでさっぱりとした味つけにしました。好評でした。

○10月21日 ドックパン 牛乳
さばペースト 甘酢あえ 鶏肉のフォー 黄桃コンポート



さばペーストと甘酢あえをはさんで食べました。

～児童の感想～鶏肉のフォーについて

ちょうどいい味、めんがもちもちしていた。めんをもう少し平べったくしてほしい。めんを減らした方がよい。もっとめんが多くてよい。おいしい。食べやすかった。くせが少なく野菜もあってとてもおいしかった。

* 第18回学校給食展があります

12月10日（土）11：30～15：30 新都市プラザ（そごう横浜 地下2階入り口前）にて栄養教諭・学校栄養職員による学校給食展があります。「展示コーナー」は横浜の給食についての展示があり、「食べ物シアター」は食育指導を動画で体験できます。ぜひ、お立ち寄りください。