

令和6年1月31日

横浜市立末吉小学校

校長 高山 和宣

栄養教諭 佐久間 直緒美



いちごちゃんシール

【全国学校給食週間】

1月22日から26日の1週間、給食委員会の児童が給食のクイズを校舎内4か所に掲示し、全校児童がそのクイズに答えるスタンプラリーのイベントを休み時間に実施しました。

1問目は「給食を作っている人とかかる時間」、2問目は「末吉小学校のおかずの残りの平均」、3問目は「給食を作る人たちはどんな気持ちで作っているのか」、4問目は「中学年の給食のカロリー」でした。4問目のカロリーの問題は、代表委員会の児童も一緒に考えました。4年生以上になると「給食とカロリー(エネルギー)」を結び付けて考えられていることについて素晴らしいなと思いました。



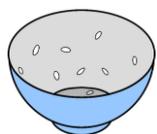
クイズを解答して「たった10人で、そして5時間で作っているの？ すごいわね〜。」「70人以上も残っているの？びっくりした。」という感想をもった児童もいました。3問目の答えは「健康になるため」「おいしく食べてもらいたい」「楽しく食べてもらいたい」の3つの回答をどれも正解にしました。4問目のカロリーの問題は、低学年には難しいようでした。クイズに正解した児童は、給食委員会児童から創立150周年のキャラクターである「いちごちゃんシール」をカードに貼ってもらい、喜んでいました。

【2月の献立変更 献立表の修正と追加をお願いします】

	変更前	変更後
2月7日(水)	和風カレーの マーガリン6g	マーガリン5g・バター1g ※乳アレルギー対応は通常通り行いますので、ご安心下さい。
2月17日(土) 6年生の卒業と1～5年生の進級 を祝う献立		赤飯・ごま塩・かきたま汁・磯香和え・さわらのあんかけ (3月の横浜市基準献立を2月に変更)
2月14.15.19日(水・木・月) 6年生の食育バイキング		主食(ごはん)・汁物・主菜(魚料理・卵料理・肉料理)・副菜(淡色野菜料理・緑黄色野菜料理・海藻料理)・副副菜(果物3種類)・飲み物(牛乳)

【1月の給食巡回指導】

1月の給食巡回指導は、12月から引き続き3年生・5組・6組・4年生に「おせち料理」の意味を話しました。給食中は食べる姿勢や食器をもって食べるマナーを指導しました。



3年生のあるクラスでは、担任の先生が食べ終わった食器に食べ物がつかないようにきれいに食べる指導していました。ごはん粒のついていない食器は、マナーが良いだけでなく、洗う際にスポンジでこする力が小さく、洗剤や洗う水を少なくすることができ、環境教育にも繋がります。また、一人ほんの5gの残りでも700食になれば3.5kgになります。逆にスプーン1杯(10g)きれいに食べれば、7kgのゴミが減ります。無理に食べる指導はしませんが、実態を伝える事は必要であり「食べれば栄養、残せばゴミ」になることを伝え、自分でできることを考え、実行できる力をつけてくれれば嬉しいです。

【食育の授業】



5年生の家庭科で「五大栄養素と食べ物の3つの働き」について授業をしました。この授業は「糖質(炭水化物)・脂質・たんぱく質・ミネラル(無機質)・ビタミン」の名前、食べ物が人に与える主な3つの働きとその食品を知り、生活にいかすことを目的としています。この次の週には「ご飯とみそ汁」の調理実習がありました。和食の基本の組み合わせである「ご飯とみそ汁」は、五大栄養素と3つの働きの食品をバランスよく組み合わせることができ、日本の食文化の良さを知ることにも繋がります。更に6年生の家庭科では、ご飯とみそ汁にあうおかず(主菜・副菜)を考え、1食分の食事作りができるようにする学習があります。

6年生は2月に食育バイキングがあり、これらの学習のまとめになります。自身で栄養のバランスを考えた食品を選択する力を育む体験型学習といえます。バイキング給食へ向けて栄養だけでなく、会食のマナーを含めた事前指導も行います。



調理員さんには、通常の給食を作りながら協力していただきます。
小学校給食の思い出に残る時間になって欲しいと思います。