

食育だより 6月

令和6年
春日部市立牛島小学校

6月は食育月間です



「食育」とは「食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる」とされています。「食育」という言葉は、1898年（明治31年）に、石塚左玄（福井県出身）が「通俗食物養成法」という書物のなかで「今日、学童を持つ人は、体育も知育も才育もすべて食育にある」と述べたところからきています。今から120年以上前に「人の心身は食によって作られる」と食と食育の重要性を唱えています。

学校では、生活科、家庭科や特別活動などの学習、毎日の給食の時間を通して、食に関する指導に取り組んでいます。そして、食は何より家庭での日常的な体験から身につけていくことが多くあります。日常生活のなかで、食について意識し、実行していくことも大切な「食育」のひとつです。

「彩の国ふるさと学校給食月間」

埼玉県では6月と11月を「彩の国ふるさと学校給食月間」としています。地元産の食材や郷土料理などへの理解を通してふるさとへの愛着を深め、生産に携わる人々への感謝の気持ちを育てるための学校給食活動を進めています。

給食では秩父地方の郷土料理「みそポテト」をお出しします。じゃがいもの天ぷらに埼玉産のみそと柚子で作ったタレをかけたものです。

初めてのランチルーム

5月からランチルーム給食を始めました。

コロナ禍で使用できなかったランチルームですが、クラスごとに年間2回くらい使います。4年生は初めて使うため、とても楽しみにしていたそうです。マナーを守って楽しく会食をしました。



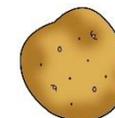
1年生が給食のお手伝いをしました

（そら豆のさやむき体験）



1年生が空豆のさやむきをしました。空豆についてスライドで学習した後、さやむき開始です。匂いや手触りなどを観察しながら、ていねいにむきました

そら豆は「豆腐のうま煮」に入れ、全校でおいしくいただきました。自分でむいた豆なので、たくさん食べた子もいました。1年生のみなさん、ありがとうございました。



5年生の1学期最後の調理実習は、ゆで野菜サラダです。手作りのフレンチドレッシングをおいしく作るコツも教えました。

6年生は、野菜炒めを作りました。炒め料理は時間がかからず、朝ごはんを作る時に、ぴったりの調理法です。さすが6年生！とても手際よく調理していました。

5年生も6年生もぜひ家族のためにつくってください。

5・6年生家庭科調理実習

