

食育だより

令和元年5月号

練馬区立関町北小学校
校長 大野 泰 弘
栄養士 森 田 麻衣子



『早寝早起朝ごはん運動』
シンボルマーク



新学期が始まって1ヶ月が経ち、新緑の季節となりました。
新しい環境にも慣れてきたと同時に、そろそろ疲れが出てくるころではないでしょうか。そんな時期こそ、バランスよく栄養をとり、元気に体を動かし、睡眠を十分にとって体を休めることが大切です。そして、この「栄養・運動・休養」の三原則を守って健康な毎日を過ごしてほしいと願っています。

給食をつくってくださっている方々です。



左から
後ろの列
橋本さん、石野さん、
林さん、中浜さん、
小林さん(サブチーフ)

前の列
横井さん、角田さん、
松井さん(チーフ)
小暮さん

今年度は、このメンバーで給食づくりを頑張ります！

はがくれゆうしん

本校の調理業務は、「葉隠勇進」という会社に民間委託としています。
チーフを中心に、4名の社員とパートナーと呼ばれる5名のパート社員、合わせて9名で給食づくりから配膳、片付け、洗浄までを行います。
また、安全と衛生のために、配膳時には必ず配膳員が各学年のワゴンプールについています。
子どもたちの安全確保を最優先にして、関北小の給食がめざす、おいしさと楽しさと食を通じての学びを進めています。

5月から、給食費の引き落としが始まります。
給食費の引き落とし口座に指定していただいた「ゆうちょ銀行」の口座残高を、引き落としの前日までにご確認ください。ご協力をお願い致します。
引き落とし日は毎月4日ですが、今年度最初の引き落としは5月7日(火)です。
(金額などの詳しい内容は、「給食費のお知らせ」をご覧ください。)

〔5月の献立より〕

- 7日(火)・・・八十八夜にちなんだ献立
5月2日は八十八夜です。立春から数えて88日目を言います。春から夏に移る節目の日です。“八十八”という字を組み合わせると「米」という字になることから、この日は農業に従事する人にとって特別な日とされてきました。また、歌にもあるように、この時期には茶摘みが盛んになるようです。
給食では、ほうじ茶を使った「ほうじ茶めし」、「抹茶ときな粉のだんご」を出します。
- 8日(水)・・・こどもの日にちなんだ献立
5月5日はこどもの日(端午の節句)です。わが国には、「柏餅」や「ちまき」を食べる習慣があります。給食では、給食室で一つ一つ竹の皮に包んだ中華ちまきを出す予定です。
- 15日(水)・・・沖縄本土復帰記念日
47年前の5月15日は、沖縄が日本に帰ってきた日です。そこで、その日にちなんで沖縄料理にしました。
- 17日(金)・・・関中・石神井台小とのコラボメニュー
小中連携の一環として行っている、関中・石神井台小と同じ献立を出す「コラボ」の日です。今月は、「かつおと生姜の炊きこみごはん」です。揚げたかつおに甘辛のタレをかけ、ご飯に混ぜます。
- 20日(月)・・・食育の日
毎月19日は「食育の日」です。今月は、1年3組担任大原先生の出身地である「岩手県」の郷土料理「ひつつみ」を出します。また、14日(火)の「筑前煮」は、算数の安達先生の出身地である「福岡県」の郷土料理です。
- 30日(木)・・・オリパラメニュー
2020年には、東京でオリンピック・パラリンピックが行われます。そこで、「オリパラメニュー」として世界の料理を給食で出すことにしています。今年度も、夏季オリンピック・パラリンピックの開催された国をたどることにしました。5月は、1996年アメリカです。そこで、給食では、アメリカ料理の一つである「ポークビーンズ」と「シーザーサラダ」を出すことにしました。

委員会活動が始まりました。

給食委員会では、

給食室前の栄養黒板にその日の給食の内容を書くこと
南校舎の給食ワゴンの片付けの点検

を毎日の活動としています。
そして、食べ残しゼロを目指して、様々なことを委員会から発信していくことも給食委員会の大きな目標としています。そのために、委員長を中心に全校に働きかける活動を企画実施していきます。
自分の体のためにも、食べものをムダにしないためにも、「食べ残しゼロ」にしたいものです。
でも、本校では食べ残しゼロを強制していません。



委員会紹介集会の様子

1年生も給食がスタートしました！

4月15日(月)より1年生の給食も始まりました。
初めての給食当番、配膳など、少し緊張気味でしたが、担任の先生の話をよく聞いて、配膳から片付けまで協力して行っています。
「おいしかったよ!」や「完食出来たよ!」と声をかけてくれる子が多く、とても嬉しいです。また、苦手な食べ物がある子もいますが、克服しようと少しずつ頑張っています。



お茶碗ピカピカ! ~ 給食時間の様子から ~

給食時間に給食の様子を見て回っていると、嬉しいことがありました。
教室に入ると、お茶碗がピカピカで、米粒が一粒も残っていないのです。数人ではなく、クラス全員です。他のクラスを見て回ると、そのほかの2クラスもピカピカなのです。なんと、学年全員のお茶碗がピカピカでした! お茶碗にお米を残さずきれいに食べることは、「食べへの感謝の気持ち」、「片づける人への気配り」などに繋がります。米という漢字を分解すると、「八十八」になります。これは、米づくりに88の手間がかかるという意味です。米づくりに農家の人の多くの労力がかかっているため、これからも一粒も残さず食べて欲しいです。
子どもたちがきれいに食べているということは、ご家庭や担任の先生方の声かけのおかげだと改めて感じました。
ありがとうございます。

