

食育だより



R3. 3. 1 (月)
西小学校 食育担当



「お弁当の日」ご協力ありがとうございました！

今年度は、10月19日(月)と1月25日(月)の2回実施しました。

今年度は、コロナ対策が続く新しい生活環境の中、いかがだったでしょうか。

保護者の皆様には、ご多用の中にも関わらず、この取組を大事に実施いただけている事に、大変感謝しています。また、感想からも、お子様といつも真摯に向き合っておられる姿が読み取られ、本当に尊敬の気持ちも抱きます。

今回は、取組表でいただいた3回目の感想などを紹介します☆



< 児童の感想より >

- ☆ ちょっとまぜるのがおぼつかしかったけど、できてよかったです。たのしかったです。
- ☆ こんなにおぼつかしいなら、てつだってあげよう。いつも作っていて、すごいなと思いました。
- ☆ 二人でおいしく作れてうれしかったです。また、いっしょに作りたいです。
- ☆ チャレンジしたら、とてもたのしかったです。
- ☆ 前よりも上手にできたので、うれしかったです。
- ☆ 家族に作ってあげたいです。
- ☆ いつもは作ってもらい食べる事だけだったので、良い経験になりました。
- ☆ 月に1回以上は、自分で料理を作りたいです。
- ☆ たまごやきを、上手に作れるようになりました。
- ☆ 質問などをしながら出来ました。これからも料理作りをがんばっていきたいです。



この他にも、何をどんな風に作ったのか、その料理が難しかった事や成功した事、緊張した事や怖かった事、前回はできなかった早起きを頑張った事など多くの感想が聞かれました。特に多かったのが、“楽しかった” “また作りたい” という前向きな感想でした。素晴らしいです☆

| すぐきな笑顔で食べている姿が多く見られ、満足感や達成感が高い事がうかがえました🌸



< 保護者の感想より >

- ☆ 前の日がお休みだったので、2人で買い物をする所から準備を始めることができました。
- ☆ 見ている方がドキドキ・ハラハラしましたが、本人なりにがんばっていました。
- ☆ 家族にも声がけをして担当をお願いしたりし、3人がかりで取り組みました。
- ☆ 味見をして、自分で決断して味決めしてもらいました。
- ☆ 朝、時短でできるレシピを二人で相談して作りました。
- ☆ いつもは目覚めが悪いですが、5時にパッと起きて一緒に作りました。
- ☆ 最近では、自分で食べたい物を作れる姿が見られるようになりました。
- ☆ 一緒にお弁当を作るのは、小学校で後何回かなと思いつつ作りました。
- ☆ 一緒に台所に立って、話を色々しながら作れて楽しかったです。会話が弾みました。
- ☆ 回を重ねる度に、できることが増えた事、やる気と手際も良くなっている事を感じました。



児童がつくった
コウ/トリちらし寿司

ご多用の中、ご協力ありがとうございました。

裏面あります

学校栄養士 市場先生と学習をしました。



今年度も、本校担当の学校栄養士 市場先生に計6回来ていただき、食の学習をしました。(昨年度よりも3回増やして来てもらいました！)

昨年度までは、各学年1時間ずつ、「食の学習ノート」を活用した学習を一緒に行っていましたが、2時間学習できる学年が増え、より充実した学習となりました。また、今年度は、コロナ等の感染症対策・熱中症対策より、夏から各学級で給食を食べています。そのため、給食中の指導も、各学年の課題に応じた内容を行っていただく事ができました。

【1年】



給食は、こんな風に作っておられるんだ〜。手や野菜を、しっかり

はてなボックスの中に入っている野菜は、何かな？ ワクワク♪

はてなボックスの中には、このくらいの大きさの野菜が入っていたよね？

あれは、さつまいもだよ！

ほっちゃんカボチャでした☆

【2年】



学習公開日(幡屋)でした☆おやつを食べ方を考えたね！

【3年】



今日の給食の食材は、バランスよく入っているかな？



はてなボックスの中に入っていた野菜は、さつまいも11月に地域でとれる食材ですね！ ハチハチ

【4年】



「ひみこのはがい〜ぜ」よくかむ事は良い事いっぱいですよ☆

【5年】



クイズ：給食に使っている米の種類は何かな？
こたえ：仁多米です！

正月に食べる、伝統的な食事は何かな？

【6年】



生活習慣病は、血がドロドロになり、固まって血管がつまる事もあります…。塩分・糖分・脂肪の取りすぎには気をつけて過ごしましょうね☆