



みやうち



川崎市立宮内小学校
学校だより6月号
令和8年5月29日

梅雨を有意義に

校長 陸田 由喜子

5月23日(土)「第69回運動会」が開催されました。子どもたちの願いが通じたのか前日までの雨雲を吹き飛ばし、暑すぎもせず、ちょうどよいお天気の中、最後まで元気いっぱい運動会を行うことができました。今年の運動会スローガン「輝く未来へ バトンをつなげ 宮内小」の言葉通り、子どもたちは友達と力を合わせ協力しながら、最後まで全力で取り組み、来年の70周年へむけ、立派に全員でバトンを繋ぐことができました。仲間と協力し合ってやり遂げた喜びや、努力したことで得られた達成感をこれからの学校生活にもいかして行ってほしいと願っています。一人一人の成長した姿に大きな拍手を送りたいです。当日はたくさんの保護者の皆様、来賓の皆様方にご来校いただき、子どもたちの演技や競技にたくさんの応援と温かい励ましの言葉をかけていただきました。皆さんの声援が子どもたちの大きな力となりました。誠にありがとうございました。

19日(金)には、「防災引取訓練」が予定されています。毎年、8月に行っていましたが、地震が頻発している昨今の状況や、昨年の大雨のような事態も想定し、今年は早めの時期に行うことにしました。今回の訓練でも大地震後の児童の安全な引き渡しを想定した訓練を計画しています。ご多用の折とは存じますが、ぜひとも、訓練にご参加いただき、災害時の引取りの流れをご確認いただければと思います。

6月に入ると、雨が降る日も多くなります。校舎内で過ごす時間が増えるこの時期だからこそ、雨の日ならではの楽しみを考え、工夫していきたいものです。昨年は委員会や各学年の実行委員が主催して室内でできる遊びを企画するなど主体性あふれる活動も見られました。また、図書室を活用し、じっくりと本の世界を楽しむこともできます。「読書が人間力を育む」という言葉がありますが、本を読むことで「読解力」が身につく、想像力、表現力といった、いわば「人間力」が養われていくと言われています。どうすれば梅雨の時期を楽しく過ごせるかを子どもたちと一緒に考えながら、夏休み前の「地固めの月」として、心を育む有意義な時期としていきたいと思っています。

《水泳ボランティア》

今年度は4年生のみ、水泳ボランティアを募集します。4年生の保護者の方でご協力いただける方は、先日配布したプリントをよく読んでいただき、ご回答をお願いします。

《集団下校指導》17日(水)

台風接近を想定して、学年ごとにまとまって集団で下校をします。13:55から低学年、中学年、高学年の順で下校を開始し、教職員がチェックポイントで見守ります。

わくわくプラザに行く児童は、通常通り利用できます。

《学校運営協議会》26日(金)

運営委員会の5, 6年代表児童がこども委員として中休みに協議会に参加します。宮内小の取り組みを紹介したり、地域代表の大人委員の方と意見交換をしたりします。

《学習発表会の日程》

各学年の学習発表会の日程をお知らせします。1年間の学習の流れに沿った内容となるため、学年によって時期が異なります。現在のところ、次のような日程で計画しています。詳しい日時と内容については、実施される月の学年だより等でご確認ください。

1年	1月22日(金)	4年	11月14日(土)
2年	12月18日(金)	5年	7月 7日(火)
3年	2月10日(水)	6年	2月下旬

学習室は3月に行います。交流級の発表会に参加する児童もいます。

6月行事予定

【今月の生活目標】

雨の日の過ごし方を工夫しよう。係の仕事をきちんとやろう。

日	曜	行事予定 (水)は水泳学習の予定です	種	1年	2年	3年	4年	5年	6年
1	月		A	4	4	5	5	5	5
2	火	朝会 1・3年交通安全教室 5年歯みがき大会 5・6年委員会活動	A	5	5	5	5	6	6
3	水		B	4	4	4	4	4	4
4	木	5年体力テスト	A	5	5	6	6	6	6
5	金	避難訓練	A	4	5	5	6	6	6
6	土								
7	日								
8	月	3年市内巡り 4～6年歯科	A	4	4	6	5	5	5
9	火	朝会なし 1年心臓病健診 5年自然教室 6年卒アル写真撮影	A	5	5	5	6	8	6
10	水	5年自然教室 巡回カウンセラー来校(AM)	B	4	4	4	4	8	4
11	木	5年自然教室 給食試食会	A	5	5	6	6	6	6
12	金	5年家庭学習 給食試食会	A	4	5	5	6	0	6
13	土								
14	日								
15	月	朝会 プール開き 5年給食後下校 6年水泳	A	4	4	5	5	4	5
16	火	第1回宮内なかよしタイム 4～6年クラブ活動 学習室水泳	A	5	5	5	6	6	6
17	水	集団下校指導 1・2年水泳	C	5	5	5	5	5	5
18	木	代表委員会 3・5年水泳	A	5	5	6	6	6	6
19	金	児童引き取り訓練5校時 4年水泳	A	5	5	5	5	5	5
20	土								
21	日								
22	月	巡回カウンセラー来校 1・2年水泳	A	4	4	5	5	5	5
23	火	朝会 5年こころの劇場 6年卒アル写真撮影 3年水泳	A	5	5	5	6	8	6
24	水	5年給食後下校 6年水泳	C	4	4	5	5	4	5
25	木	5年水泳 6年2組・3組校内研究授業(5校時)	A	4	4	4	4	4	4
26	金	第1回学校運営協議会 教育相談日 学習室・4年水泳	A	4	5	5	6	6	6
27	土								
28	日								
29	月	1～3年歯科 6年都内見学	A	4	4	5	5	5	6
30	火	朝会 5・6年委員会活動(7月分) 1・2年水泳	A	5	5	5	5	6	6

【下校時刻】

A日程 4時間:13:15 5時間:14:30 6時間:15:15

B日程 4時間:13:05 5時間:13:50

C日程 4時間:13:15 5時間:14:05

クラブ・委員会がある日は15:25



宮内なかよしタイムについて

1年生から6年生までの縦割り交流です。学級や学年だけの活動とは違った関わりの中で、児童の多様な人間関係を築いていきます。年6回の活動を予定しています。児童がより主体的に活動を進め、自覚や役割をもつことができるようにします。

7月行事予定

7月の学校だよりでも必ず確認してください。先の予定なので変更する可能性があります。

日	曜	行事予定	時程	1年	2年	3年	4年	5年	6年
1	水	市制記念日							
2	木	3・5年水泳	A	5	5	6	6	6	6
3	金	不審者対応訓練 学習室・6年水泳	A	4	5	5	6	6	6
4	土								
5	日								
6	月	巡回カウンセラー 4年水泳	A	4	4	5	5	5	5
7	火	朝会 第2回宮内なかよしタイム(2校時) 授業参観1・2・3年5h 4・5・6年6h	A	5	5	5	6	6	6
8	水	1・2年水泳	B	4	4	4	4	4	4
9	木	代表委員会④ 3年リコーダー講習会 学習室・6年水泳	A	5	5	6	6	6	6
10	金	3・5年水泳	A	4	5	5	6	6	6
11	土	7月以降の予定は来月の学校だよりでも必ず確認してください。 先の予定なので変更する可能性があります。							
12	日								
13	月	4年水泳	A	4	4	5	5	5	5
14	火	朝会なし 6年水泳(着衣泳) 集会委員会(候補) 学習室校内研究授業(5校時)	A	4	4	4	4	4	4
15	水		C	4	4	5	5	5	5
16	木	大掃除 教育相談日 宮中こども座談会(予定)	A	5	5	6	6	6	6
17	金	朝会 給食終了 授業終了	A	4	5	5	6	6	6

7月21日(火)夏季休業開始・巡回カウンセラー来校

24日(土)25日(日)自治会納涼盆踊り大会

25日(日)PTA親子工作教室

8月12日(水)～14日(金)学校閉庁日

26日(水)授業開始、朝会

25日(火)夏季休業終了

28日(金)給食開始

＜暑さ対策グッズについて＞

暑さ対策グッズ(ネッククーラーやタオル)を使っているお子さんは、安全上、登下校時のみの使用となります。登校後は自分での管理になりますので、どこに入れておくかなどお子さんと約束をして持たせてください。

9月以降の主な予定

9月 4日(金) 1・3・5年授業参観・懇談会

7日(月) 2・4・6年授業参観・懇談会

24日(木)25日(金)28日(月)30日(水) 個人面談

10月 2日(金) 個人面談

14日(水)後期始業式

9日(金) 前期終業式

25日(土)開校記念日

13日(火)かわさきホリデー &スタディ(秋季休業)

11月14日(土)土曜参観・ふれあい広場

29日(日)30日(月)6年修学旅行

12月24日(木)朝会、授業終了、給食終了

日々の様子

運動会の応援、ありがとうございました。

どの学年のお子さんも、練習の成果を存分に発揮できたようでした。気温が上がらなかったことで、体調を崩すこともなく、最後まで全力で演技・競技を行うことができました。これまでのご家庭でのサポート、本当にありがとうございました。



お知らせとお願い

〈水泳学習について〉

学年での体育学習を行っているお子さんも、水泳学習は安全上、学習室で行います。日程は6/16(火)、6/26(金)、7/3(金)、7/9(金)を予定しています。天候等で、日程の変更がある場合もありますので、水泳カードにてご確認ください。

- ・水泳カードへの記入漏れ、水泳学習に必要なものが揃っていない場合は、入水ができません。ご家庭で、お子さんと一緒に確認をお願いいたします。
- ・水泳カードは、保護者の方のサインをお願いいたします。
- ・水泳カードが見当たらない場合、学習室連絡帳の記入でも入水が可能です。水泳カードに準じた記入事項を書いてください。

〈暑さ対策などのグッズの扱いについて〉

暑さ対策のグッズ(ネッククーラーやタオル)を使っているお子さんは安全上、登下校時のみの使用となります。登校後は自分での管理になりますので、どこに入れておくかなどお子さんと約束をして持たせてください。

1年生「おひさま」

学習予定

教科	主な学習内容	教科	主な学習内容
国語	ひらがな・わけをはなそう つぼみ・おおきなかぶ など	図工	ちよきちよきかざり やぶいたかたちからうまれたよ など
算数	いくつといくつ ぜんぶでいくつ など	体育	マットを使った運動遊び 多様な動き・水遊び など
生活	はなをさかせよう なつがやってきた など	道徳	かぼちゃのつる きんのおの など
音楽	はくをかんじとろう はくによってリズムをうとう など	学活	交通安全 雨の日の遊び方を相談しよう など

お知らせ・お願い

〈図工〉6月中旬に使用予定

「カラフルいろみず」で、500mlのペットボトル(キャップ付き)と透明な容器を使います。透明な容器はプリンやゼリーの容器でも構いません。6月8日までに4つ持たせてください。

〈生活科〉7月中旬に使用予定

「なつがやってきた」(水遊び)で、マヨネーズやケチャップの容器を使います。7月の学年だよりで使用日をお知らせしますので、それまでお取り置きのご協力をお願い致します。

〈宿題について〉

6月から宿題を始めます。宿題の内容は、①音読②プリントなどです。音読カードをお配りします。サインの欄にシールやチェックなどをお願いします。プリントの丸付けは担任が行います。

〈連絡帳について〉

6月から「明日の予定」や「日記」などを書く連絡帳を使いたいと思います。これまで使用していた連絡帳(黄緑色)は保護者の方と担任の連絡用に、新しい連絡帳(青色)は、子どもたちが毎日使います。お手数ですが二冊ともに毎日、目を通していただきますようよろしくお願いいたします。新しい連絡帳は、教材費で購入させていただきます。

〈水泳学習について〉

・水泳学習の日に、朝、体温を測り、後日お配りする水泳カードに必要事項をご記入の上、必ず保護者の方が押印またはサインをして提出してください。

・水着について、女子は派手でなくおながが出ていないもの、男子はぶかぶかではなく体に合ったものをお選び下さい。また、男女共にフードが付いていないものをご用意下さい。ゴーグルの使用は可能です。

・水泳帽を忘れた場合は参加できません。授業の際は、水泳帽を着用していただきますようお願いいたします。

水泳カードの記入漏れやサインがない場合、忘れた場合、水泳帽を忘れた場合は、入水できません。

2年生 「いっしょに」

学習予定

教科	主な学習内容	教科	主な学習内容
国語	スイミー かん字のひろば こんなもの、見つけたよ 等	図工	どんなうごきに見えるかな ふしぎなたまご 等
算数	ひき算 長さ 100より大きい数 等	体育	マット遊び 水遊び
生活	ぐんぐんそだて わたしのやさい どきどきわくわく まちたんけん	道徳	けんかをしたけど 折り紙の名人 等
音楽	ドレミであそぼう	学活	楽しくやろう 当番活動 等

お知らせ・お願い

〈生活科町たんけんについて〉

生活科の学習で、宮内のまちを探検します。日程については、中旬以降を予定しています。決まり次第、後日お知らせします。

暑さ対策や水筒(ひも付き)などのご準備をお願いします。虫除け対策については、ご家庭で済ませてから登校するよう、ご協力をお願いします。

なお、水筒を忘れてしまったり、飲みきってしまったりした場合には、学校で用意したペットボトルの水をお渡しします。その際は、後日代金を集金させていただきますので、ご承知おき下さい。よろしくお願いいたします。

〈水泳学習について〉

水泳学習の日に、朝、体温を測り、後日お配りする水泳カードに必要事項をご記入の上、必ず保護者の方が押印またはサインをして提出してください。

プールバッグ(水着・水泳帽・バスタオル・必要な人がゴーグル)を持たせてください。

持ち物には、必ず記名をお願いします。(特に水泳帽は、安全管理のためにも前面に大きく記名をお願いします。)

水泳カードの記入漏れやサインがない場合、忘れた場合、水泳帽を忘れた場合は、入水できません。_____カードをなくしてしまった場合、連絡帳に必要事項が漏れなく記入されていれば入水可とします。

絆創膏やピンなどは、安全上ご家庭で取り外しておいてください。また、長い髪は、水泳帽をかぶりやすいように結んでください。

〈水着〉(共通)フードが付いていないもの

(女子)派手でなく、お腹が出ないもの

(男子)ブカブカでなく、体に合っているもの

【日程】6月17日(水)、22日(月)、30日(火)、7月8日(水)

3年生「JUMP」

学習予定

教科	主な学習内容	教科	主な学習内容
国語	こまを楽しむ まいごのかぎ 俳句を楽しもう など	図工	ことばから思いうかべてなど
社会	市の様子 店ではたらく人と仕事	体育	水泳運動 健康な生活 など
算数	わり算 長さ 表とぼうグラフ	道徳	親切がいっぱい ヤゴきゅう出大作戦 など
理科	植物の育ちとつくり 風とゴムの力のはたらき	外国語	How are you? I like blue.
音楽	リコーダーのひびきに親しもう など	総合	総合って何？(総合開き)

お知らせ・お願い

〈水泳学習について〉

- ・水着について、女子は派手でなくおなかが出ていないもの、男子はぶかぶかではなく体に合ったものをお選び下さい。また、男女共にフードが付いていないものをご用意下さい。ゴーグルの使用は可能です。
- ・水泳帽を忘れた場合は参加できません。授業の際は、水泳帽を着用していただきますようお願いいたします。
- ・水泳カードについて、忘れた場合は参加ができません。ご自宅で体温記入とサインをお願いいたします。(連絡帳への記入でも可)

〈市内めぐりについて〉

- 8日(月)に川崎市内めぐりを行います。お弁当の準備をお願いいたします。気温も高くなつてきていますので、水筒を忘れずに持たせていただきますようお願いいたします。
- なお、水筒を忘れてしまったり、飲みきってしまった場合には、学校で用意したペットボトルの水をお渡しします。その際は、後日代金を集金させていただきますので、ご承知おき下さい。よろしくをお願いいたします。
- 集合時間が8時前といつもより早くなっています。詳しくは後日配布されるしおりをご確認下さい。

〈リコーダーについて〉

- 6月からリコーダーの学習が始まります。記名などの準備ができ次第学校に持たせてください。

4年生 「いっしょにチャレンジ」

学習予定			
教科	主な学習内容	教科	主な学習内容
国語	一つの花 つなぎ言葉のはたらきを知ろう 短歌・俳句に親しもう	図工	まどをのぞいて
社会	地域で受けつがれてきたもの 昔から今へと続くまちづくり	体育	小型ハードル走 水泳・マット運動
算数	折れ線グラフ 角 2けたの数のわり算	道徳	みんな、待っているよ (よりよい学校生活、集団生活の充実) 心のシーソー (善悪の判断、自律、自由と責任) 学級会での出来事 (相互理解、寛容)
理科	地面を流れる水のゆくえ 電気のはたらき	外国語	I like Mondays.
音楽	いろいろなリズムを感じ取ろう	総合	子どもたちと話し合っ て活動を決定していきます。

お知らせ・お願い

◎水泳学習について

【予定日 6月19日(金)、6月26日(金)、7月6日(月)、7月13日(月)】

- ・水泳学習当日は、体温を測り、後日お配りする水泳カードに必要事項をご記入の上、お子さんに持たせてください。記入もれや、水着・水泳帽を忘れた場合は、プールには入れません。カードがない場合には連絡帳に記入頂いても構いません。
- ・手足の爪は短く切っておいて下さい。食事を取ってない場合、入水できないことがあります。朝食をしっかりと取らせて下さい。
- ・長い髪は、結んでから水泳帽を着用しますので、ヘアゴムなどの準備をお願いします。ヘアピンははずします。

◎水着について

女子→派手ではなく、お腹が出ていないもの。

男子→ぶかぶかではなく、体にあったもの。

共通→フードが付いていないもの。ラッシュガード、ゴーグルの着用は自由。

◎彫刻刀について

- ・彫刻刀が届いたら、家で1本ずつ記名をお願いします。図工の学習で使用するのは、夏休み明けの予定です。担任から連絡があるまでご家庭での保管をお願いします。

5年生「パズル」

学習予定			
教科	主な学習内容	教科	主な学習内容
国語	・敬語 ・日常を十七音で ・古典の世界 ・目的に応じて引用するとき ・みんなが使いやすいデザイン	図工	・あんなところがこんなところに ・美しく立つはり金
社会	・米づくりのさかんな地域	体育	・心の健康(保健)
算数	・小数のかけ算 ・合同と三角形、四角形 ・小数のわり算	道徳	・公園のきまりを作ろう ・みんな、おかしいよ！など
理科	・植物の発芽と成長 ・メダカの誕生	外国語	「Happy birthday！」 「Can you play dodgeball？」
家庭科	・ひと針に心をこめて	学活	・自転車の安全な乗り方 ・係活動を盛り上げよう など
音楽	・音の重なりを感じ取ろう ・いろいろな音のひびきを味わおう	総合	子どもたちと課題を見つけ、 進めていきます。

お知らせ・お願い

〈八ヶ岳自然教室について〉 6月9日(火)～11日(木)

- ・事前に健康チェックカードを配付します。毎日の記録と提出をお願いします。
- ・欠席連絡は7:15までにミマモルメにご入力もしくは、学校携帯電話にご連絡ください。
- ・12日(金)は家庭学習日のため登校日ではありません。
- ・15日(月)は4時間授業、給食後下校になります。

〈水泳学習について〉

水泳学習が始まります。水泳学習当日の日は、体温を測り、後日お配りする水泳カードに必要事項をご記入の上、保護者の方がサインをして提出して下さい。(連絡帳の記入でも可)記入もれやカードを忘れた場合、水着や水泳帽を忘れた場合はプールには入れません。

手足の爪は短く切っておいて下さい。食事を取ってない場合、入水できないことがあります。朝食をしっかり取らせて下さい。

長い髪は、結んで水泳帽を着用しますので、ゴムなどの準備をお願いします。

実施予定日 6月18日(木)、25日(木)7月2日(木)10日(金)

* 天気、気温、WBGTなどで変更する場合があります。

〈授業参観日(学習発表会)のお知らせ〉

7月7日(火)6時間目に授業参観(学習発表会)を行います。主に自然教室で学んだことを発表します。

〈6月の主な予定〉

- ・6月4日(木) 新体力テスト(予備日:5日)
- ・6月9日(火)～6月11日(木) 八ヶ岳自然教室
- ・6月12日(金) 家庭学習日(5年のみ)
- ・6月15日(月) 午前授業(5年のみ)※ 給食あり
- ・6月23日(火) 「こころの劇場」※ 水筒とお弁当の準備をお願いします。
なお、水筒を忘れてしまったり、飲みきってしまったりした場合には、学校で用意したものをお渡しします。その際は、後日代金を集金させていただきますので、ご承知おき下さい。
- ・6月24日(水) 午前授業(5年のみ)※ 給食あり

6年生「結び」

学習予定			
教科	主な学習内容	教科	主な学習内容
国語	たのしみは デジタル機器と私たち	図工	くるくるクランク
社会	日本の歴史 国づくりへの歩み	体育	水泳 病気の予防
算数	分数のかけ算 分数のわり算	道徳	相互理解、寛容 友情、信頼
理科	ヒトや動物の体 植物のつくりとはたらき	外国語	Unit3 My Weekend
音楽	いろいろな音のひびきを味わおう	総合	子どもたちと課題を見つけ、進めていきます。
家庭科	朝食から健康な一日の生活を 夏をすずしくさわやかに	学活	栄養のバランスを知る 自分の役割

お知らせ・お願い

【水泳学習について】

水泳学習が始まります。水泳学習当日の日は、体温を測り、後日お配りする水泳カードに必要な事項をご記入の上、保護者の方がサインをして提出して下さい。連絡帳の記入でも構いません。記入もれやカード(連絡帳)を忘れた場合、水着や水泳帽を忘れた場合はプールには入れません。手足の爪は短く切っておいて下さい。食事を取っていない場合、入水できないことがあります。朝食をしっかり取らせて下さい。長い髪は、結んで水泳帽を着用しますので、ゴムなどの準備をお願いします。

実施予定日 6/15、6/24、7/3、7/9、7/14

* 7/14は着衣泳を行う予定です。持ち物は7月号に掲載します。

* 天気、気温、WBGTなどで変更する場合があります。

【水着について】

女子→派手ではなく、お腹が出ていないもの 男子 →ブカブカではなく、体に合ったもの 共通 →フードが付いていないもの。ゴーグルの着用は自由。

【卒業アルバム用の写真撮影について】

卒業アルバム用の写真撮影を以下の日程で行います。

6/9 (火) 学年集合写真 クラス写真 個人写真 6/23(火) 委員会・クラブ写真

【都内見学について】

29日(月)に都内見学を行います。お弁当の準備をお願いいたします。気温も高くなってきていますので、水筒を忘れずに持たせていただきますようお願いいたします。なお、水筒を忘れてしまったり、飲みきってしまったりした場合には、学校で用意したものをお渡しします。その際は、後日代金を集金させていただきますので、ご承知おき下さい。よろしくをお願いいたします。集合時間が8時前といつもより早くなっています。詳しくは後日配布されるしおりをご確認下さい。

【家庭科『いろいろ炒め』の調理実習について】

6月に野菜炒めの調理実習を行います。日程については、お子様を通して各担任からお伝えします。尚、持ち物や注意事項についても各クラスルームに掲載しておりますので、お子様とご確認の程宜しくお願いします。

◎持ち物

(調理実習までに持ってくるもの)

エプロン 三角巾 マスク キッチンペーパー 3枚 食器ふきタオル1枚 手ふきタオル1枚 ←調理実習専用

(調理実習当日に持ってくるもの)

にんじん・・・20g(小4分の1本) ピーマン・・・30g(中1個) たまねぎ・・・20g(小6分の1個) ハム(ベーコン)・・・20g(2枚)

※油、塩、こしょうは、学校で用意します。

※油の代わりにバター(4g)を使用する人は、各自で用意します。

※材料は、袋にひとまとめにし、記名をお願いします。

【研究授業の日程について】

6月25日(木)に研究授業があります。2組と3組は、5時間授業になります。

お知らせ

《6月の給食について》

○給食目標:「よくかんで食べる大切さを知ろう」

ねらい:よくかんで食べることの大切さを知る

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。強い歯は、いつまでも食事をおいしく食べ、健康に過ごすためにとても大切です。かむ力・食べる力の大切さを給食を通して伝えます。

○行事食:歯と口の健康週間 5日(金)

発芽玄米、ごぼう、かんぴょうなど、かみ応えのある食品を取り入れ、しっかりかめるよう加熱しすぎないなど調理にも気をつけて提供します。



○新献立:切り干し大根とわかめのサラダ・たまねぎドレッシング 17日(水)

切り干し大根、にんじん、ホールコーン、わかめ、茎わかめを使ったサラダです。かみごたえのある食品を使用し、よくかみ、食感を意識しながら食べることができます。

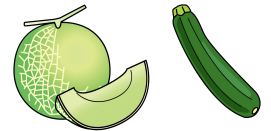
たまねぎの甘味と酸味を味わうことができるドレッシングは給食室で手作りします。

○新献立:小松菜とひじきのふりかけ 26日(金)

小松菜、ひじき、けずり節、白いりごまをごま油で炒め、砂糖としょうゆで味付けしています。成長期に必要な鉄分とカルシウムが多く摂れるよう考えられています。

○季節の食品

さやいんげん えだ豆 キャベツ きゅうり 新じゃが芋 ズッキーニ トマト
にんにく ピーマン メロン あじ



《6月のグループ給食デー》

実施日が決定しました。

16日(火)

《給食試食会について》

日時 6月11日(木)・12日(金) 11:00～12:50

会場 特別活動室

持ち物 室内履き、外靴用の袋、IDカードまたは腕章

給食レシピ

かつおと大豆のさっぱりあえ

【材料】家族4人分(中学年6人分で計算)

・揚げ油	適量
・蒸し大豆	120g
・かつお(角切り)	240g
・しょうが	4g(1/2かけ)
・しょうゆ	9.6g(大さじ1/2)
・片栗粉	適量

【たれ】

・水	24g(大さじ1と1/2)
・しょうゆ	12g(小さじ2)
・砂糖	12g(大さじ1と1/3)
・レモン汁	12g(大さじ1弱)

【作り方】

- ①しょうがをすりおろし、しょうゆと一緒にかつおに下味をつける。
- ②大豆に片栗粉をまぶし、170～180℃に熱した油で揚げる。かつおも同様に片栗粉をまぶして揚げる。
- ③たれをフライパン等で熱し、ひと煮立ちしたら揚げた大豆とかつおを加えてよくあえる。



5月で
人気だった
新献立

レモン汁の酸味がこれからの時期にぴったりです🍋



6月は牛乳月間です!



6月1日は「牛乳の日」、6月は「牛乳月間」です。牛乳や乳製品のことについて、理解を深める機会にしましょう。

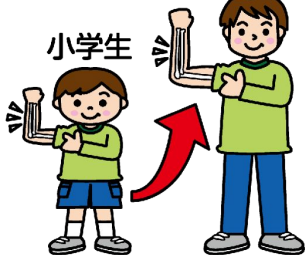
給食にはどうして牛乳が出るの?

それは、牛乳に多くふくまれる「カルシウム」をしっかりとりってほしいからです。カルシウムは、骨や歯をつくる材料になり、そのほかにも筋肉を動かしたり、けがをしたときに血を止めたりする大事な働きをしています。そして骨にたくわえられるカルシウムの量は、小学生のころから急激に増え、20歳ごろまでにほぼ決まります。この大切な時期に、毎日続けてカルシウムをとることで、じょうぶな体がつくれます。だから給食では牛乳が出るのです。

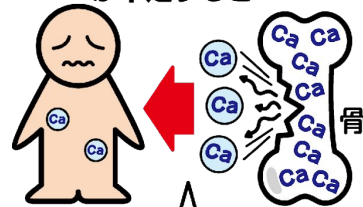
カルシウムの量

20歳

小学生



体(体液)の中のカルシウム(Ca)が不足すると...



骨や歯にたくわえたカルシウム(Ca)が使われてしまう!

牛乳は「農産物」!



牛乳は、野菜や果物などと同じ「農産物」です!

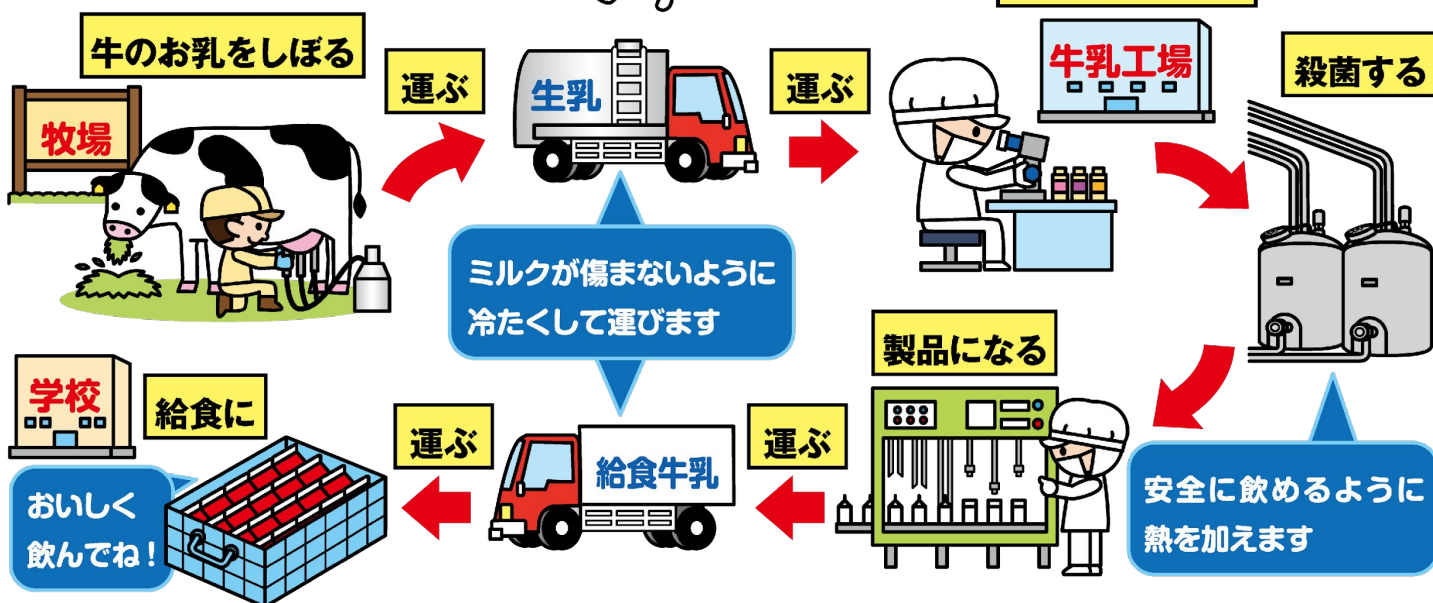
今日の牛乳どんな味?

牛乳は同じ味のように思うかもしれませんが、日によって少し味が違うときもあります。それは、工場ですべて同じように作られる飲み物ではなく、野菜や果物などと同じ「農産物」だからです。

農産物以外の食品



牛乳が届くまで



牛からお乳をしぼって、それを殺菌して容器に詰めたものが牛乳です。いつも同じ味にするために何かを混ぜて調整することはありません。そのため、牛が食べているえさ、季節や気候などで、風味がほんの少しずつ変わります。牛は生きものなので、まったく同じ牛乳が毎日できるわけではないのです。牛乳は「自然から生まれる恵み」です。