

# 5月給食たより

令和8年5月  
川崎市立新城小学校  
栄養士 草別朱香

新年度から1か月、新しい環境にも慣れてきたころでしょうか。同時に心や体に疲れが出てくる時期です。毎日を元気に過ごすためにも、食事・睡眠・運動の3つをより意識して生活してみましよう。

## ☆はじめての給食！！☆

今年度1年生は4月13日(月)、2年生以上は4月10日(金)から給食がスタートしました。今回は1年生の給食初日の様子についてお伝えします。

### 【4月13日(月)の献立】

麦ごはん・ポークカレー・きゅうりの中華づけ・牛乳

この日の献立は、今月の給食目標の「楽しく食事をしよう」に関連した献立でした。給食のカレーのルーは給食室で油と小麦粉、カレー粉をじっくりと炒め、手作りしています。



給食開始前に、給食をおいしく楽しく食べるために給食時間のルールを確認しました。給食当番だった児童からは、「楽しかった」、「ごはんを入れるのが難しかった」など初めての当番に楽しさを感じた児童が多い印象でした。

また、お手伝いに来た6年生からは「うまく教えるのが難しかった」、「かっぽう着を一緒にたたんだけれど上手にできなかった」など教える事の難しさを感じた児童もいました。



配りきることができなかった献立はおかわりやおふやしをしました。「もっと食べたい!」とおかわりに並ぶ子どもたちが多く、あるクラスでは「いただきます」の時に食缶にごはんやカレーがのこっていましたが、「ごちそうさま」をする時には空になっていました。

今後もさまざまな献立が登場します。給食を通して食べることが好きになってくれる児童が一人でも多く増えると嬉しいなと思います。



# ★端午の節句って何だろう★



毎年5月5日は、男の子の健やかな成長と幸せを願う「端午の節句」です。中国から伝わった行事で、別名で「菖蒲の節句」ともいいます。もとは邪気を払うとされる菖蒲やよもぎを摘んで、家の軒先に飾ったり、お風呂に入れたりして無病息災を願う風習がありました。江戸時代の武家社会において、菖蒲が「尚武（武を尊ぶこと）」や「勝負」に通じることから男の子の節句となり、武者人形やかぶとなどを飾るようになりました。

## 端午の節句の食べ物

### ちまき

チガヤや笹の葉などで、米やもちを包んで蒸したりゆでたりしたもの。中国から伝わった食べ物で、地域によって包む葉や作り方はさまざまです。

### かしわもち

あんこ入りのもちを柏の葉でくるんだもの。柏の葉は、新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、「家系が絶えないように」という縁起を担いで用いられるようになりました。

### カツオ

「かつお」=「勝男」にかけた縁起物として、旬の初カツオが食べられています。カツオの産地では、こいのぼりではなく、かつおのぼりを掲げる所もあります。

### たけのこ

成長が早く、まっすぐに育つ竹にあやかり、子どもがスクスク成長するようにと願いを込めて、旬のたけのこを使った料理も食べられています。

### ～5月の給食～

献立表：<https://www.city.kawasaki.jp/880/page/0000037906.html>

行事食：こどもの日（1日）

たけのこごはん（ごはん）・ぶりのたつた揚げ・みそ汁・かしわもち・牛乳  
 新献立：はなまるスープ（13日）

なると、豆腐、とり肉、野菜を使い、かつお節でとただしと素材のうま味を活かしたスープです。

かつおと大豆のさっぱりあえ（19日）

季節の食品のかつおと大豆に片栗粉をまぶして揚げ、レモン果汁を使ったソースで和えます。

毎月25日頃に次月分の献立表が掲載される予定です。