

食育だより

令和6年 8月30日

川崎市立向丘小学校

栄養士 田中 晶

2年生「いろいろたべよう パート2」 授業を行いました！

食育の学習は、担任と栄養士によるチームティーチング（TT）で行います。

6月の学級活動では、いろいろたべようパート2の授業を行いました。これは1年生のときに学習した3匹のこぶたの話の続きです。食べ物は体をつくるはたらき（赤）、エネルギーになるはたらき（黄）、体の調子を整えるはたらき（緑）の3つに分けることができます。給食では毎日様々な食べ物を使用し、子どもたちがどのはたらきもバランスよくとり、元気に成長できるように考えています。

授業後は、「じゃがいもは黄色のはたらきだよね！」「やさいは苦手だけど、全部食べるよ！」など、学んだことを意識して給食を食べている児童が多かったです。授業の感想を一部紹介します。

たべものにはあか・き・みどりのはたらきがあることを知れてよかったです。まえはきょうみなかったけど、もっとたべものについて知りたいと思いました。

きゅうしょくは3つのはたらきがバランスよくはっていてすごいと思った。

やさいがいがてだけど好きなものといっしょにぜんぶたべたいです。

からだをつくるあかいろ、エネルギーになるきいろ、からだのちょうしをととのえるみどりいろがあることがわかった。3つのグループをバランスよくたべたい。

9月の給食目標は「食べ物の働きを知ろう」、ねらいは「食べ物は、体の中での働きによって、3つのグループに分けられることを知る」です。ぜひご家庭でも、食べ物のはたらきやバランスについてお話いただけたら幸いです。

9月の給食のおしらせ

★季節の食品

とうがん、きゅうり、ピーマン、トマト、さやいんげん、なす、梨

★行事食

17日（火）「お月見」

ツナそぼろごはん（麦ごはん） 牛乳 めった汁 月見団子 きな粉

今年は9月17日（火）が十五夜です。十五夜は月が満月になる日の夜のことをいいます。秋の十五夜は1年で最も美しいとされていることから、昔の人はこの時期にお月見を楽しみました。お月見は、月に見立てた月見団子や、収穫された里芋や栗などの収穫物をお供えして、収穫の感謝を表す行事です。秋の実りに感謝していただきましょう。

★新献立

9日（月）「カレー粉ふきいも」

塩で味付けする粉ふき芋にカレー粉を加えて食べやすくした献立です。9月は夏の疲れが出やすい時期です。しっかり給食を食べて元気に過ごしてほしいです。

夏休み明けの給食は、9月2日（月）から始まります。