

# しよく いく 食育たより

令和6年4月24日  
長崎市立橘小学校  
栄養教諭 安永 No.1

家庭数



しんねんど はじ こんねんど こ すこ せいちょう ねが こころ からだ やさ きゅうしよく  
新年度が始まりました。今年度も、子どもたちの健やかな成長を願い、心と体に優しい給食  
めざ たちばなしょう ねんめ えいようきょうゆすなが ねが  
を目指していきます。橘小2年目になりました、栄養教諭安永です。よろしくお願いします。

## 「学校給食」は生きた教材です！



がっこうきゅうしよく がっこうきゅうしよくほう もと きょういくかつどう いっかん じっし せいちょうき こ  
学校給食は、「学校給食法」に基づき、教育活動の一環として実施されるものです。成長期の子  
どもたちの健康の保持増進のため、栄養バランスのとれた食事を提供します。また、望ましい食習  
慣と食に関する実践力を身に付けさせるための「生きた教材」としての役割も担っています。

## ねんせい きゅうしよく 1年生の給食スタート！

4/18(木)の  
給食献立



スパゲッティミートソース

4/18(木) 1年生の給食が始まりました。「給食当番楽しい～」  
「おいしい！」の声がありました。もちろん「これ苦手…」と箸が進まな  
い子もいますが、始めて数日です。無理せず給食時間を過ごしてほしいと思います。23日  
は、「昨日は食べられなかったけど、今日はきのこを頑張る！」と意欲的な姿もあり、うれしかった  
です。給食を通して様々な食材や料理にふれ、食べ慣れていってほしいと思います。

おいしい給食いただきます



量を考えてつぎわけます



白衣をたたみます



スクールサポーター代表 松林さん

さくねんど ひ つづ 昨年年度に引き続き、4/18(木)～5/17(金)の  
給食時間「スクールサポーター」の方々が1年生の給食  
補助をしてくださっています。とてもありがたいです。

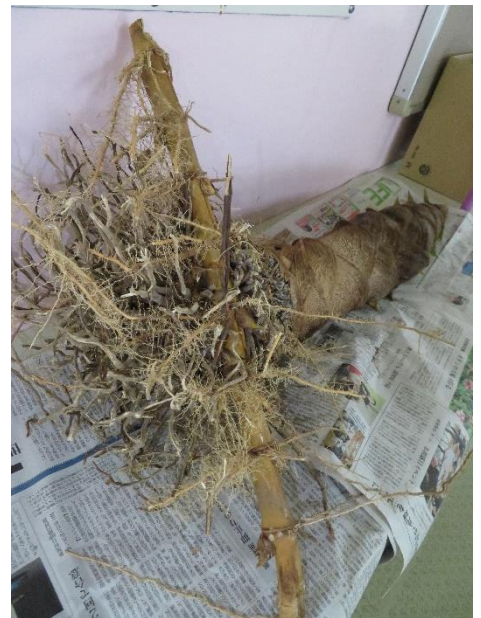
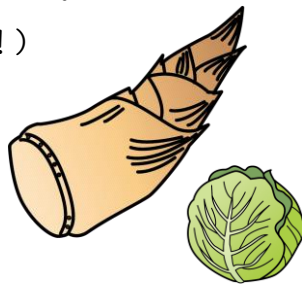
★4/18(木) 1年生の給食時間の様子★  
※裏面もごらんください。

## はるやさい しょうかい ～春野菜を紹介します!～

はるやさい きせつ しょうかい  
春野菜の季節です。給食でも、春野菜が多く登場し  
ています。4月からは新玉ねぎに切り替わり、たまねぎの  
あまみを感じるが増えました。職員室前の廊下  
は、旬の(巨大)タケノコを展示しています。  
(支援員土本先生よりいただきました!)



↑「巨大タケノコ」展示の様子



↑地下茎に生えるタケノコ

タケノコは、地下茎の節にある芽から生まれます。

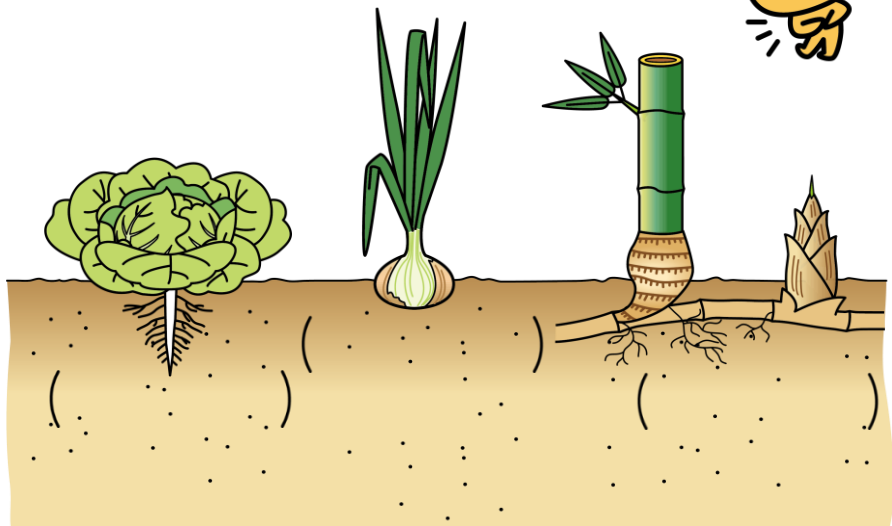
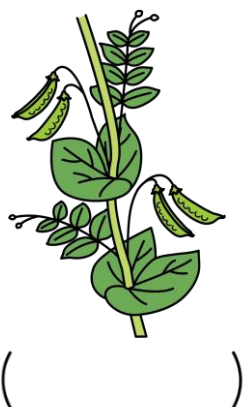
タケノコがやわらかくておいしいのは、土から出て30日  
くらいです。土から頭を出すか出さないかの時が食べご  
ろです。タケノコの皮は何枚も重なって動物などから身  
を守っています。皮がすべて落ちると竹になります。

## はるやさい ～春野菜のいいところ～

あたら め わか は た はるやさい ふゆ あいだ えいよう  
新しい芽や若いくき、葉を食べる春野菜には、冬の間にたくわえた栄養がたくさんふくまれ、  
ビタミン類や食物せんい、ミネラルが豊富です。植物が芽吹く、この時期しか食べられない野菜  
が多く、みずみずしいあまさや、やわらかくシャキシャキとした食感が楽しめます。

### はるやさい ★春野菜クイズ★

はるやさい なまえ  
春野菜の名前、わかるかな?



こたえ 〔春野菜の名前／(左から)さやえんどう・キャベツ・たまねぎ・たけのこ〕