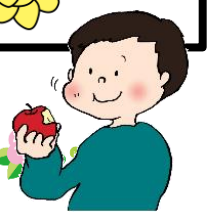
食育だより

令和7年2月 20 日
長崎市立橘小学校
栄養教諭 安永　No.13

家庭数



青森県から「りんご出前授業」

２／７（金）６年生で「りんご出前授業」が行われました。長崎市の子どもたちに青森のりんごを知ってもらうことを目的としたものです。りんごの栽培方法や種類をはじめ、青森県の風土についても学びました。中が赤色のりんごや、皮に文字や絵の入ったりんごに驚く子どもたちの姿も。りんごが、人の手で一つひとつ丁寧に栽培されていることを学ぶ良い機会になったようです。

りんご栽培は、剪定・草刈り・摘花・授粉・摘果・袋掛け・収穫等々、年間通して様々な作業を経て作られます。

講師：青森県職員の方

おすすめの食べ方は「スターカット」ぜひお試しを！

人の手やマメコバチを使い、花に別のりんごの花粉をつけて授粉させます。

冬は、雪の重みから木を守るため実った木をイメージして剪定すること、一日１ミリずつ大きくなり、夜の寒さで色づきが良くなることなど学びました。

とても大きな「世界一」や、加工専用の「御所川原」りんご飴に使われる「アルプス乙女」など、初めて見るりんごに大興奮でした。

味の違い気付いたかな？

冬の牛乳は味が濃い!?

「今日はいつもと牛乳の味が違う」の声を耳にすることがあります。牛乳は、牛の品種や育て方、えさの違いなどによって風味が変わります。最近、寒さのせいか牛乳が残りがちですが、冬ならではの牛乳のおいしさを感じてほしいです。毎日味わって飲むと、味の違いに気が付くかもしれませんね。

秋から春先…
乳脂肪分が多い濃厚な味

夏…乳脂肪分が少ない
さっぱりとした味

まだまだあります！「給食 五・七・五」

4年生

☆小松菜も 良い味つけで パクッとね

☆かんしゃして 両手をあわせて いただきます

☆あせかいて いそげいそげと 作りだす

☆おみそしる 体もぽかぽか あったまる

☆なっとうに レシピで作った おいしいよ

☆冬わかる 大きいおかず あったかい

☆ひるやすみ おしのきゅうしょく かたりあう

☆給食表 ニヤニヤしながら じっと見る

☆きゅうしょくは みんなのパワーの みなもとだ

たくさんの応募
ありがとうございました

5年生

☆残さずに かんしゃの気もち 忘れずに

☆家かえり 次のこんだて どんなのか

☆食べたいな 休みのときも 給食を

☆また会えた きれいな色の やさいたち

☆給食が いつもみんなの 笑みのもと

☆昼休み おいしい給食 ふりかえる

☆連休で 食べれずおしむ 給食を

6年生

☆わすれない 6年食べた 給食を

☆給食は 残しちゃダメだよ もったいない

☆こんだての ひとくちメモは おもしろい

☆ポンカンの 種をガリッと やっちゃった

☆給食で 冷凍みかん 歯がこおる

先生部門

☆食べ物が 用意されてる 幸せよ！（宮原校長先生） ☆月に一度の 毎回違う 人気メニュー（中島先生）

☆皿うどん パリパリよりも しなしな派（山口先生） ☆風味よく わたしはすきよ みかんパン（安永先生）

参考資料：「学校給食 2025年1月号」 発行 全国学校給食協会