

食育たより

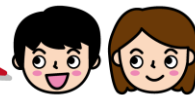
令和8年3月6日
長崎市立橘小学校
栄養教諭 安永 No.12



いよいよ3月です。2月と3月は卒業生をお祝いして「好きな給食ランキング」上位の料理を多く取り入れています。今年度の給食も残りわずかとなりました。1年間の給食時間をふり振り返りながら、お友達や先生と楽しく過ごしてほしいです。



1年間の振り返りをしよう!



あなたはいつできましたか？できなかったことは、次の学年でがんばりましょう！

給食の前に 手をきれいに 洗えましたか？	食事のあいさつは 心を込めて 言えましたか？ いただきます	おはしを正しく使う ことができたか？
よくかんで味わって 食べられましたか？	バランスの良い 食事のとり方が わかりましたか？ バランス	自分に必要な量を 考えて食べることが できましたか？
地域でとれる食べ物を 知ることができましたか？	行事食や郷土料理 について知ることが できましたか？	楽しい給食時間を 過ごせましたか？



5年生 お茶の淹れ方教室



2/26(木)5年生が長崎県茶業振興協議会の開催する「お茶の淹れ方教室」に参加しました。「長崎玉緑茶」という茶葉を使い「温かいお茶」と「水出し緑茶」の淹れ方を学び、淹れ方による味の違いも感じたようです。普段お茶に馴染みのない子も、お茶に触れる良い機会となりました。

↓ 温かいお茶の淹れ方

- ① ポットのお湯を湯のみにいれる(8分目くらい)
- ② 湯のみのお湯を湯ましにいれる
- ③ 急須にティーパックで2杯茶葉をいれる
- ④ タイマーを40秒セット・湯ましのお湯を急須にいれる
- ⑤ タイマースタート
- ⑥ まわしをそぎする 最後までしっかりそぐ!

※裏面もごらんください。

まだまだあります! 「給食 五・七・五」



給食ありがとう部門 (低学年)

- ☆おいしいな カレーが大すき たのしみだ (1年 R)
- ☆きゅうしょくで ピーマンでても たべれるよ (1年 M)
- ☆きゅうしょくを いつもたべると えがおだよ (2年 N)
- ☆きゅうしょくで のこさずたべた ほめられた (2年 Y)
- ☆なすびでも たべられそうだ みんなでね (2年 R)
- ☆のこさない いつもおかわり しているよ (2年 R)
- ☆シチューはね 心も体も あったまる (2年 D)



給食ありがとう部門 (中学年)

- ☆食べものは のこさず食べよう あじわおう (3年 M)
- ☆のこしては いけない気持ち 命だよ (3年 Y)
- ☆大切に 感しゃの言葉 いただきます (3年 J)
- ☆これからも おいしい給食 つくってね (3年 A)
- ☆給食は 毎日ちがう えいようそ (4年 H)
- ☆カレーの日 みんな早いね おいしいね (4年 S)
- ☆あたたかい みそしるのんで ほっとひといき (4年 S)



給食ありがとう部門 (高学年)

- ☆手をあわせ みんなでせーの いただきます (5年 R)
- ☆たくさんの おいしい思いを ありがとう (5年 S)
- ☆いただきます 命をいただく 感謝する (5年 H)
- ☆よくかんで 味わいながら たべるんだ (5年 A)
- ☆なぜだろう なみだがでてくる このうまさ (6年 N)
- ☆絶対に 残しはしない 給食を (6年 Y)
- ☆六年も 作ってくれて ありがとう (6年 G)



すてきな作品がたくさんでした。参加してくれたみなさん、ありがとうございました!