

食育だより

白岳小学校
令和6年7月17日

子育て日めくりカレンダー17日

「たくさんケンカもするけれど やっぱり大すき お兄ちゃん」

職員室前にある二年生のミニトマトが実をつけています。緑色の実はたくさんついているけど・・・、なかなか赤くならないなあと心配していたのですが、最近たくさんの実が赤く色づきはじめ、収穫食べ頃を迎えています。また、たんぽぽ学級や SSR教室の前の畑でも、なすやきゅうりの夏野菜が育っています。自分で育てたものは、きっと苦手でもおいしく食べられるのではないのでしょうか。育てて食べる！作って食べる！そんな経験を通して、楽しいと感じたり、おいしいと感じたりして、食から豊かな心を育ててほしいと思っています。



災害に備えて準備していますか？

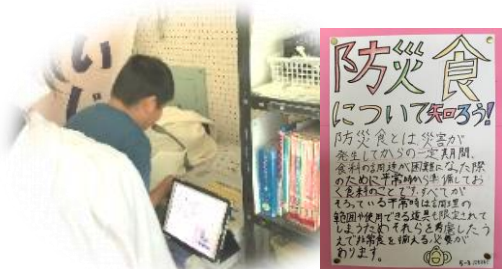
7月1日・2日は、大雨のため警報が出て学校が臨時休業となりました。「災害は忘れたころに・・・」というのはひと昔前、今や毎年のようにどこかにやってきました。災害に備えた、「食」の準備もしておきましょう！



給食室前の掲示



6月に栄養教諭になるための実習生が来ました。食育授業では、5年生と災害に備えてどんな食べ物を準備しておくとかよく考えていきました。



給食委員会の放送やポスター



7月4日の給食に「かんパン」ができました。教室からの感想に、「非常食として家にかんパンを置いておきたいです。」「かんパンを食べると元気がでてとてもおいしかったです。」「西日本豪雨の時にかんパンを食べたので、少しなつかしかったです。」などありました。

お家で話し合いましたか？～7月1日 給食委員会からの宿題～

○防災グッズの中に防災食がありますか？

はい：322人 いいえ：185人 分からない：55人

○「はい」と答えた人 その中に赤・緑・黄のグループ食べ物がありますか？（複数回答）

赤：246人 緑：186人 黄：270人 分からない：6人



6月10日～14日

せいかつしゅうかん

～「いきいきにっこり生活週間」がありました～



はやくふとんはいよりすいみんしぜん
早く布団に入り夜しっかり睡眠をとれば、自然と
あさめざめときお腹がすいて、朝ごはんが食べられ
るはず！しっかり朝ごはんを食べると、自然と力が
わいてべんきょうしゅうちゅう
わいて勉強に集中したり、しっかりあそ
運動したりできるぞ。「寝る！食う！活動する！」は
つながっているのじゃ。いきいきにっこりすごすた
めに、生活リズムはとても大事ってことじゃ。



いつかかんまいにちあさ

5日間毎日朝ごはんを食べた人・・・95. 2%（白岳小の目標100%）

あか みどり き た もの はな あさ
赤・緑・黄の食べ物がそろった「花まる朝ごはん」を

5日間食べた人・・・50. 9%

5日間のうち3日以上食べた人・・・73. 7%（白岳小の目標70%以上）

ほねやはをつくるたべものをしよう（2年生）



ほね は つよ
骨や歯を強くするためには、カルシウムがたくさ
ん入った食べ物を食べることや、好き嫌いのない
で食べること、太陽のしたでしっかり運動したり遊
んだりすることが大切なことを学びました。



～村上先生のうれしい話～

この授業があった日のお昼休憩に、2年生の男の子が担任の先生と一緒に私をたずねて来てく
れました。「4月から今まで1回も給食を食べきったことがないのに、今日はじめて全部食べられ
たんですよ！！」と笑顔で伝えてくれました。とってもうれしかったです。その後はどうかな・・・。

おやつのとり方を考えよう（4年生）

ポテトチップスでおなじみの「カルビー」さんの
出前講座を受けました。実際にポテトチップスを使っ
て、おやつ量を確認し、食べる時間やパッケージの
見方（原材料や栄養量など）について学びました。
夏休み、おやつをだらだら食べないようにしよう！



メニュー応募にチャレンジ！

「ひろしま給食」100万食メニュー募集

「ひろしまパスタ」メニュー募集



どちらも本日配付している資料（チラシ）のQRコードを
読み込んで、募集要項、応募用紙をダウンロードし
応募してください。さあ、みんなでチャレンジ！！
