



給食たより

令和5年6月29日
住吉小学校 第5号
校長 小林 宏
栄養士 宮崎優衣

食育活動報告 (6月は食育月間でした!)

1年生・とうもろこしの皮むき



絵本の読み聞かせとクイズを通して、とうもろこしについて学習をしました。「皮むき楽しかった!給食が楽しみ!」と笑顔で取り組んでくれました。給食もモリモリ食べました。

2年生・枝豆のさやむき



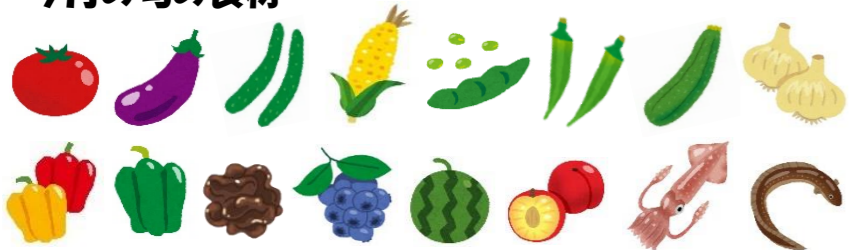
市内の農家さんから枝豆が届きました。動画を見ながら、枝豆の育て方や農家さんの工夫を知ることができました。3年生で学習をする「大豆」の予習もできて、楽しみが増えた様子でした。

3年生・そら豆のさやむき



絵本から、さやの中の様子を想像して...色は?大きさは?触感は?においは?といろいろな視点で観察をしました。「絵本の通りだった!」「イメージと違った!」と様々な感想が聞こえてきました。

今月の旬の食材



今月の地産地消



給食費について

| 学年 | 月額 |
|-------|--------|
| 1・2年生 | 4,370円 |
| 3・4年生 | 4,640円 |
| 5・6年生 | 4,900円 |

今月は、**7月6日(木)**が口座振替日です。
(再振替日は、7月20日(木))

※払い込み手数料として1回につき10円がかかります。

7月のきゅうしょくもくひょう▶あつさにまけない しょくじをしよう

ねっ ちゆう しょう よ ほう **熱中症予防**

4つのポイント

暑さを避ける

あつ さ
ひやう 涼

日差しを避ける

ひ ざ
ひやう 日差し

水分・塩分補給

すい ぶん えん ぶん ほ けい じょう
みづ 水 しょく 塩

体調を整える

たい ちゆう どの
しん 寝

参考: 文部科学省 中学生用食育教材『「食」の探究と社会への広がり』

↓6月の主な食材の産地↓

毎月、前の月の食材料の産地をお知らせします。

| 食材名 | 産地 | 食材名 | 産地 | 食材名 | 産地 | 食材名 | 産地 |
|------------|----------|---------|---------|---------|------|--------|------|
| 精白米 | 新潟県 | ちりめんじゃこ | 兵庫県・瀬戸内 | いんげん | 千葉県 | チンゲンサイ | 千葉県 |
| 精白米(つや姫) | 宮城県 | おかか | 静岡県・九州 | えだまめ | 西東京市 | とうもろこし | 西東京市 |
| 精白米(ひとめぼれ) | 岩手県 | たこ | 北海道 | おおば | 愛知県 | トマト | 西東京市 |
| 赤米 | 国産 | もずく | 沖縄県 | かぶ | 西東京市 | ながねぎ | 茨城県 |
| 黒米 | 国産 | たまご | 青森県 | パプリカ | 栃木県 | にら | 茨城県 |
| 麦 | 国産 | 鶏肉 | 宮崎県 | キャベツ | 西東京市 | にんじん | 千葉県 |
| きび | 岩手県 | 豚肉 | 千葉県・茨城県 | きゅうり | 西東京市 | にんにく | 青森県 |
| もち米 | 佐賀県 | ベーコン・ハム | 群馬県 | グリーンピース | 千葉県 | ピーマン | 茨城県 |
| 小麦粉 | 北海道 | えのき | 長野県 | ごぼう | 熊本県 | ほうれんそう | 西東京市 |
| 大豆 | 国産 | きくらげ | 西東京市 | こまつな | 西東京市 | みずな | 茨城県 |
| いか | ペルー | しめじ | 長野県 | しょうが | 高知県 | もやし | 群馬県 |
| いわし | 千葉県 | マッシュルーム | 国産 | ズッキーニ | 西東京市 | モロヘイヤ | 群馬県 |
| きす | タイ | さくらんぼ | 山形県 | セロリ | 長野県 | れんこん | 茨城県 |
| さけ | 北海道 | メロン | 千葉県 | そらまめ | 宮城県 | さといも | 鹿児島県 |
| 銀さくら | ニュージーランド | パイン(冷凍) | 沖縄県 | だいこん | 西東京市 | じゃがいも | 静岡県 |
| メルルーサ | アルゼンチン | レモン | 瀬戸内 | たまねぎ | 西東京市 | | |

<テーマ> やさしい

(例) 野菜を食べている様子、野菜そのもの、野菜の収穫風景、できあがった料理など野菜に関するイラストなら何でもOK

- <応募方法>
- ①画用紙(八つ切 270mm×380mm程度)を**横長の向き**にしてイラストを描いてください。
 - ②画材は色えんぴつ、絵の具、クレヨンなど
 - ③イラストは未発表のオリジナルのもの
 - ④作品の裏に**学校名、学年、氏名**を記入

- <応募資格> 西東京市在学の小学生
<応募期限> 令和5年9月21日(木)まで
<応募先> 小学校の栄養士に提出してください。
<選考方法> 西東京市栄養士連絡会で10月に選考します。
<結果発表> 結果は小学校を通してご連絡いたします。

入選作品は西東京市栄養士連絡会が作成する令和6年(2024年)版の野菜たっぴりカレンダーに掲載し、ご本人あてにカレンダーを進呈します。また保育園・小学校や公共機関で掲示し、ホームページに掲載します。

<その他>

- ①応募作品は各小学校に返却します。
- ②学校名および氏名をカレンダーに記載します。
- ③一次審査を通過した作品は、市内の施設で展示します。

<主催> 西東京市栄養士連絡会(事務局: 西東京市健康福祉部健康課)

