

## 1学期の食育は・・・

### その1 MYおにぎりの日 (6/14)

今年度第一回目のMYおにぎりの日は、多くの方が自分の力で作ることができたようです。登校時には、一仕事を終えた達成感(?)からか、普段よりもすっきり満足そうな表情で登校して来た生徒が多く見られました。そして給食時には、味つけ、形、飾り付け etc, 一人ひとり違う個性あふれるおにぎりがそろい、みんなおいしそうに食べていました。

ちょっと面倒くさいけれど、やってみると楽しく、簡単にできると思った人もたくさんいることでしょう。何ごとも、経験しなければ分からないことがたくさんあります。自分でおにぎりを作りながら、工夫したり、今まで気付かなかったいろいろなことを発見できるといいなと思います。そして、これを機会に、部活の後、お腹がすいていたら、お菓子ではなく、自分でおにぎりを握って食べましょう。練習試合や総体などでお弁当が必要な時には、おにぎりを自分で握って持っていけるようになってほしいと思います。

### 「Myおにぎりの日」作品紹介



#### ～ 作った感想や工夫したこと ～

##### 初めてMYおにぎりに挑戦した1年生

- 今日はいつもより早起きして作りました。おにぎりぐらい簡単だと思っていたけど、意外と大変でした。でも、作っているとだんだん楽しくなってきたので、家族の分まで作ってしまいました。母からは「たくさん作ったなあ」と言われてうれしかったです。
- 朝少し早く起きて料理するのは最初はいやだなと思っていたけど、やってみると楽しかったので、これからも作ってみようかなと思いました。
- 料理が苦手な私でも、楽しめたと思います。次は、形や材料にこだわってやりたいと思います。いつも以上に給食の時間が待ちどおしくなりました。

##### MYおにぎり歴2年目の2年生

- あまり時間がなかったので、簡単なラップおにぎりにしました。去年は片付けまではできていなかったけど、今回はきちんと自分でできました。
- 前のMYおにぎりの日より作るのが上手になりました。お母さんにもほめられました。
- 朝起きるのがつらかったけど、きれいな三角形ができました。
- 親の苦勞がわかりました。

##### MYおにぎり歴3年目の3年生

- ごはんにまぜこみわかめを混ぜておにぎりにしました。がんばって作ったのでおいしいと思います。
- おにぎりを作ると、朝、目がすっきりした。後片付けも全部するようにしたい。また、工夫しておにぎりを作りたい。

## その2 農園学習（1年生）

植  
え  
付  
け

毎年恒例の農園学習。今年は5月1日に夏野菜（なす、ピーマン、ミニトマト、すいか、ゴーヤ、オクラ）&さつまいもを植えました。その後、1年生が当番で水や肥料をやったり、草抜きをしたりと、一生懸命世話をしています。そのかいがあり、今年もピーマンやなすを大量に収穫できました。収穫したものは、持って帰って家で食べたり、調理員さんが調理をして、給食の時間に全校生で食べたりしています。最近暑くなってきたので、ゴーヤやトマトもたくさんの実がつき、すいかも順調に大きくなっています。これからの収穫が楽しみです。

まぶしい太陽の光を浴びて育った夏野菜はビタミンやミネラルを多く含み、疲労回復や水分補給にぴったりのものが多くあります。いよいよ夏本番、夏野菜をしっかり食べて暑い夏を乗り切りましょう！

草抜き

水やり

追肥・芽かぎ

写真は削除しています。

収穫

給食室へ

6月18日(月)

なす6.5kgを収穫  
夏野菜のみそ汁



7月4日(水)

なす200本を収穫  
なすの天ぷら



7月5日(木)

ピーマン1kgを収  
揚げ豆腐の薬味ソー



6月14日(木)

ピーマン1kgを収穫  
手作りハンバーグのソース



)  
kg、  
gを収穫  
グティ

