



# 魔女の宅給便

下荘小学校  
食育だより  
第11号  
2014.11.

## 給食センター見学(3年生)

10月10日(金)、3年生が給食センターを見学しました。給食センターでは、1日3300人分の給食を作っています。1つの大きな釜で、1000人分作ることができます。大きな釜を混ぜるしゃもじを持たせてもらおうと、大きくて重くて大変でした。いつも食べている給食が、どうやって作られているのかを知ることができ、給食に携わる人の願いや思いを感じることができました。



### 《感想》

- ・わたしは、給食が大好きです。道具となべやかいがとても大きいのでびっくりしました。大きなべをじょうきでにこむなんて、びっくりしました。
- ・給食センターを見学してから「食べなきゃ！」と思って、いつもより多く食べるようにしています。給食センターの人が頑張っているから、こんどからいっぱい食べます。



## バランスの良い食事を考えよう(6年生)



家庭科で1食分の食事について、献立の条件や栄養バランスなどを学習し、給食の献立を考えました。自分の家の自慢料理や今まで給食に出たことがないようなアイデア料理など、こんな給食食べてみたいと色々考えました。栄養バランスが良いように、6つの食品群がそろっていることもチェックしました。その中から、来年2月の給食に登場するのは、誰の献立でしょうか？どうぞお楽しみに。

## 目をさましたクマゴロウ(保健給食委員会)

保健給食委員会で1年生から4年生のクラスをまわり、紙芝居「目をさましたクマゴロウ」を読みました。冬眠から目覚めた熊のクマゴロウが、人間の子どもの様子をみて、眠りについて学ぶお話です。



### 《感想》 2年生

- ・10時から2時のあいだにねると、体の身長がのびるって始めて知って、自分はこれからねる前にゲームをしないようにしたいです。
- ・9時にねると、ホルモンというものが、せいちょうさせてくれる。自分はこれから9時にねる。テレビやゲームをしていると、あたまがこうふんして、ねられなくなるから、10時から2時の間にねることが大切。

### のひみつ

## わかめパワーについて探ろう(1年生)



11月11日(火)、わかめ博士(外部講師)と一緒に‘わかめ’について学習しました。わかめ博士が箱からわかめを取り出すと、教室中が海の香りいっぱいになりました。わかめの大きさは、手を横に広げた子ども3人分、3m以上もありました。でも、いつも食べているわかめとは、どこか違う。色が茶褐色なんです。「実験をしよう！」博士が言いました。子どもたち一人一人が10cmぐらいに切ったわかめを持ち、お湯につけていきました。「きれいな色になった！」みんなが知っている緑色のわかめになりました。

博士に色々なわかめのひみつを教えてもらい、食べたい気持ちがいっぱいになりました。給食の海藻サラダは、もちろん完食しました。

### 《感想》

- ・わかめは、ちょうをきれいにするのがわかった。すごくながかった。おゆにつけると、いろがかわった。(児童)
- ・私が家に帰ると、うれしそうに「今日、学校でワカメもらった。みそ汁あるん？」と聞かれて、メニューにワカメスープを加えました。本人にワカメを入れさせると、増えていくのを不思議そうに見ていました。一番印象に残ったことは、すごく大きな実際のワカメを見られたことだそうです。(保護者)

