



希望に満ちたさわやかな季節、春がやってきました。新生活のスタートです。

本校では、子どもたちの心身ともに健やかな成長を願い、教育活動の中で食に関する知識を確認し、それを実生活に生かすことができるよう、学校全体でいろいろな活動に取り組んでいます。毎月19日は「食育の日」です。学校での取り組みを保護者の皆様にお知らせし、学校・家庭・地域が連携しながら食育を推進できるように、食育だよりを19日前後に発行予定で計画しております。この食育だよりでは、食に関わる様々な情報をお知らせしていきたいと思っています。

人を良くすると書いて「食」 ～学校給食の目標～

「人を良くすると書いて『食』」といわれます。「食」という漢字のそもそもの成り立ちとは違うようですが、食べ物や食べ方の大切さをよく言い当てたものだと思います。

心身の健やかな成長を願い、学校教育の一環として行われる学校給食には、食を通じた人間形成や生きる力を育むため、次のような目標が定められています。

<h3>学校 給食の 目標</h3>	 <p>適切な栄養と味覚で、 健やかな体と心を育む。</p>	 <p>食べることの大切さや 喜びを知る。</p>	 <p>給食を手本に望ましい 食べ方を学ぶ。</p>
 <p>毎日の食事について、 自分でも考え、判断して 食べられるようになる。</p>	 <p>いつも感謝の気持ちをも って食事をいただくこと ができる。</p>	 <p>他人のことを考えて 思いやり、学校生活を 豊かなものにする。</p>	 <p>食を通して地域の伝統 や歴史を学び、食文化 を未来に伝えていく。</p>

今年も給食が始まります!

～おねがい～

毎日清潔なランチマットを持たせてください。また、給食のエプロンは週末に持ち帰りますので洗濯をお願いします。そのときにボタンがとれていないか、マスクのゴムが伸びていないか等の確認もお願いします。



限られた期間のキミと一緒に!

芽芽しくて、芽芽しくて...

芽芽しくて
芽芽しくて
うまいよ～



種子などから出たばかりで、植物の茎、または葉がこれから育つ途中の段階にあるものを「芽」といいます。野菜や山菜には、とくにこの「芽」を選んで食べるものがあります。冬を終え、いのちが息吹く春はそうした「芽」の食べものに出会う機会が多くあります。

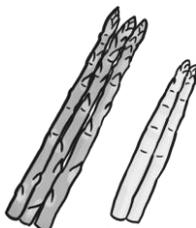
たけのこ



竹の地下茎から出てくる芽で、10日(旬日)で竹になるといわれることから「筍」の字が当てられます。採りたてのものは春にしか味わえず、季節感を大切に日本の料理では春の料理に欠かせない食材です。

アスパラガス

種をまいて収穫できるまで通常数年かかります。日を浴びたグリーンアスパラガスと、日光を当てないよう盛り土などをして育てるホワイトアスパラガスがあります。



にんにくの芽



にんにくから出る花芽で、「にんにくの茎」ともいいます。球根を大きく育てるために摘みとられてしまいがちですが、花が咲く前の若い芽にはおいが穏やかで甘みもあり、中国料理によく使われます。

豆苗



「きぬさや」や「グリーンピース」としても食べられる、豆のえんどうの新芽(つる先)です。甘く、ほのかにえんどうの香りもします。一度収穫しても残った根や豆を育てることで何度か再収穫することもできます。

みょうがたけ



夏に出る花のつぼみが「みょうが」ですが、「みょうがたけ」は、春に間引くものや、秋に伸びてくる若芽を食べます。なるべく日光に当てないように育てますが、陽に当たると薄いピンク色になります。

さんしょうの芽



さんしょうの若芽で「木の芽」や「葉ざんしょう」ともいいます。さんしょうはミカン科の植物で日本に広く自生し、若芽のほか、雄株につく花、若い実、そして熟した実の皮を粉にして香辛料としても使われます。

本年度も子どもたちの健やかな成長を願い、学校の食育に取り組んでいきます。子どもたちへの食育は学校だけでなく、家庭や地域の方々のご協力が欠かせません。ぜひ一緒に食事や健康のことについて考えていただきたいと思います。ご理解とご支援をお願いいたします。

