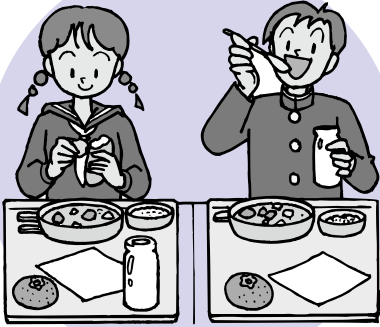




毎月19日は食育の日



近年、我が国の食生活を取り巻く社会環境の変化に伴い、子どもたちの食生活の乱れや健康への影響が問題となっています。食べることは、私たちが生きていく上で欠かせないものです。次代を担う子どもたちが、健やかな大人に成長するために、「食育」は大切な役割を果たしています。

本市では、平成19年度より文部科学省「栄養教諭を中核とした食育推進事業」の指定を受け、市内小中学校7校において、様々な取り組みを重ねてきました。

今年度の各学校における活動の一部をご紹介します。

■ 葦崎東中（6月11日）

「葦崎市の暮らし」をテーマに、市食生活推進員の皆さんを講師に招き、地元で採れた野菜と手作り味噌を使って、すいとんづくりに挑戦しました。



■ 葦崎小（9月30日）

3年生が穴山町で枝豆15.9kgを収穫！当日の給食では、全校児童でおいしくいただきました。

教科の中における 食育の取り組み

■ 葦崎北東小（7月15日）

「地産地消ってどんなこと？」

給食に使われている食材を教材にして、地産地消について学習しました。



■ 葦崎西中（10月1日）

体育の時間や部活動を通じて、取り組んでいるスポーツ。その「スポーツのための効果的な食事のとり方」について考えました。



家庭や地域と連携した食育の取り組み

みんな大好き！！ あつたが手作り給食

本市では、市内全校が自校調理方式のため、毎日温かい給食が提供されています。

地場産の野菜や果物をできる限り使用し、地産地消を推進しています。



■ 荳崎北西小（5月14日）

1年生親子給食会

食事のマナーやあいさつ、好き嫌いなく食べることの大切さをみんなで確認しました。



■ 穂坂小（6月6日）

親子料理教室

おからだんご、米粉おしパンを作りました。

■ 甘利小（9月22日）

季節の行事食、郷土食を取り入れることで、食文化の伝承の大切さを伝えています。手作りのおはぎは大好評！！



地場産物の活用や食文化等の伝承



市では、市内の小中学校全校において、子どもたちと市長との「ふれあい給食会」を実施しています。



市長とのふれあい給食会



■ 荳崎東中（11月16日）

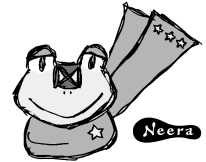


■ 穂坂小（9月1日）



昨年大好評をいただいた献立集の第2弾が発行決定！！市内の各学校で実施している献立の中から26品を選んだ学校給食紹介料理集です。12月中に各学校から、保護者の皆さんへ配布予定です。

「学校給食オススメ献立集」 第2弾発行決定！！



献立集より、今晚のおかずにおやつにオススメの一品！！

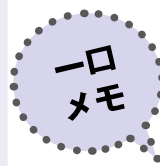
ごぼうの あまからあげ

■材料		
ごぼう	200グラム	
片栗粉	適量	
揚げ油	適量	
A	砂糖	大さじ1
	みりん	大さじ1
	しょうゆ	大さじ1強
	水	適量
	白いりごま	適量

■調理方法

- ①ごぼうは、皮を包丁の背でこそげ落とし、ささがきにする。水につけてアクをぬく。
- ②ごまは煎っておく。
- ③Aの調味料を一煮立ちさせてタレをつくる。
- ④①のごぼうの水気を切り、片栗粉をまぶして油で揚げる。
- ⑤揚げたごぼうにタレをからめ、いりごまをふる。

■お問い合わせ 教育課学校教育担当
(内線 263・264)



ごぼうを水にさらすときに出る色は、実は、ポリフェノールです！

ごぼうのポリフェノールには、臭いを消す効果があるので、肉や魚と一緒に調理すると旨みがより一層増します。

ごぼうは水にさらすと、旨み成分も抜けてしまいます。あまり長い時間水につけないように注意しましょう。

ハロー！！

“ケリーのワンポイント英会話”



こんにちは。ケリーです。

先月は“Thanksgiving”[感謝祭]について話しましたが、今月はみなさんもよ〜く知ってる“Christmas”[クリスマス]についてお話ししましょう！

クリスマスは、イエスキリストの誕生を祝うクリスチャンのお祝いですが、今ではクリスチャンでなくてもお祝いしていますよね。日本では、クリスマスがバレンタインデーのようにカップルで祝う日だと聞いてちょっとビックリしました。

アメリカでは、家族で祝うんですよ！イブにはサンタへのクッキーを用意したり、クリスマスの朝にはみんなでプレゼント交換をしたり、夜はごちそうを食べたりします。

クリスマスの時期になると、よく何が欲しいのか聞かれます。

"What do you want for Christmas?"

ワット ドゥ ユー ウォント フォー クリスマス？

「クリスマスに何が欲しい？」

そんな時は **"I want a ~."** アイ ウォント ア _____

「_____ が欲しい！」

皆さん、欲しいものがプレゼントされるといいですね！

それでは、素敵なクリスマスを過ごしてくださいね！

