11月 給食だより

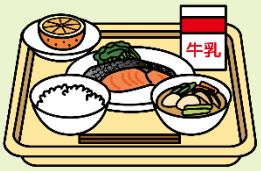
令和８年１１月号
小平市立小平第六小学校

11月24日は和食の日、11月は和食月間です！

学校給食では、ご飯を中心に、だしのうま味を生かした汁物や旬の食材を使った料理を取り入れるのはもちろん、年間を通して行事食や郷土料理を提供し、「和食」文化に触れる機会を大切にしています。毎日の給食から「和食」について学んでみてください。

給食から学ぶ 和食文化

「ご飯・汁物・おかず」を組み合わせた、栄養バランスのよい食事



「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつから生まれる感謝の気持ち



行事食や郷土料理など、地域や日本に伝わる食文化



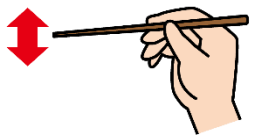
11月11日の朝の集会で、給食委員会が「豆つかみゲーム」を行います。正しくはしが持てると豆もつかみやすいです。

正しいはしの持ち方を確認してみましょう。

①１本のはしを、えんぴつを持つように、親指・人差し指・中指で持つ。



②「1」の字を書くように、たてに動かす。



③親指の付け根から、もう1本のはしを通し、薬指で支える。



④上のはしだけを動かして、はし先を開いたりとじたりする。



下のはしは動かしません。

はしを上手に使えると、食べ物をこぼしたりせず、きれいに食べることができます。毎日の食事で使い方を練習していきましょう。

食育の窓

～2年生が生活科で小松菜の種まきを行いました～

10月20日に2年生が生活科で小松菜の種まきを行いました。講師として地域の農家の方に来ていただき、小松菜のお世話について学びました。小松菜の種は、野菜の種の中でも特に小さいそうです。こどもたちは種を見失わないように、数えながら一生懸命植えていました。1週間ほどで小さな芽が出ました。冬休みの前に収穫する予定です。

～5年生棚田　稲刈りを行いました～

10月19日に５年生が六小の棚田（六棚）で稲刈りを行いました。今年は大雨の影響で倒れた稲も多かったですが、実のつき方は良さそうです。稲を干す作業の稲架掛け（はざかけ）の作業までをこどもたちが行い、今年も無事に稲刈りを終えることができました。11月上旬に脱穀をし、12月にお米販売を行う予定です。



稲架掛け（はざかけ）

献立紹介

２日（月）アジのもみじやき：にんじんとマヨネーズで作ったもみじ色の特製のソースを魚の上にかけて焼いてつくります。
１３日（金）ゼリーフライ：埼玉県の郷土料理で、おからを使った小判型の揚げ物で「銭フライ」が名前の由来と言われています。
２７日（金）けいはん：鹿児島県の郷土料理で、鶏肉や卵、椎茸をのせたごはんに、鶏ガラでとったスープをかけて食べます。