



# いただきます!

令和5年9月1日  
小平市立小平第十三小学校  
栄養士 古田 香織

## 5年生・食育出前授業「みそ作り」



丸めた大豆をたるに詰めます。

7月3日(月)、「東京味噌会館」のみそマイスターの先生をお招きして、5年生が「みそ作り」を行いました。茹でた大豆をつぶし、米こうじ、塩、種水を混ぜ合わせ、一度お団子に丸めてから、たるの中に詰めました。完成したみそは、家庭科の「みそ汁作り」に使う予定です。みそ作りのあとは、五種類のみその味比べをし、それぞれのみその特長を学びました。

## 3年2組・枝豆もぎをしました

6月の3年1組に引き続き、7月13日(木)に2組も枝豆もぎをしました。枝豆クイズと切り方の説明をして、枝豆もぎがスタート!はさみを使って上手に切ることができました。当日の給食は「すごくおいしい!」とあっという間に完食していました。



## 2年2組・とうもろこしの皮むきをしました



生産者の酒井さん。

6月の2年1組に引き続き、7月6日(木)に2組がとうもろこしの皮むきをしました。市内農家の酒井さんをお招きし、とうもろこしの話をうかがいました。とうもろこしの苗の実物も見せていただき、酒井さんに教えていただきながら皮むきを行いました。

## 給食試食会を実施しました



7月10日(月)11日(火)に、全学年保護者対象の「給食試食会」を実施しました。合計54名にご参加いただきました。十三小の給食の概要や特徴の説明のほか、給食メニュー、食育の取り組みなど、スライドで紹介しました。配付した資料やレシピ



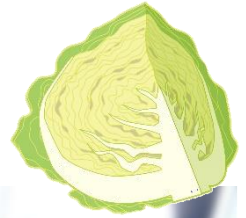
(サラダのドレッシング)はQRコードからもご覧いただけます。



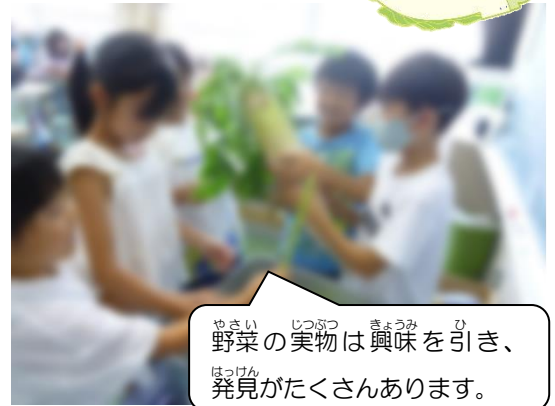
試食会資料

サラダのレシピ

# 3年生・食育授業「葉・くき・根」



7月18日(火)、3年生は「葉・くき・根どの部分を食べている?」という授業を行いました。キャベツ、アスパラガス、大根、たまねぎ、じゃがいも、さつまいもはどの部分を食べているのか考えましクロームブックにのっているヒントの写真を見たり、実物の野菜を手にとって観察したりして考えました。実物を見て、子どもたちは「ここが茎で、そうするとここは葉かな??」「たまねぎとキャベツは断面が似ているから葉だと思う」などの発見をし、じっくりと考えていました。



野菜の実物は興味を引き、発見がたくさんあります。

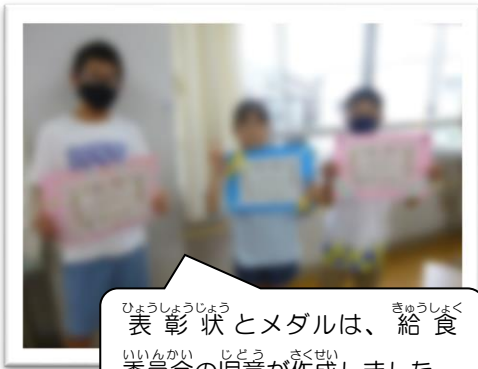
# リザーブ給食を実施しました

7月19日(水)に、「リザーブ給食」を実施しました。あらかじめ好きな料理を選んで予約する給食です。今回はデザート(フローズンゼリーまたはかき氷ぶどう味)の選択をしました。リザーブ給食の調査は、クロームブックのフォーム(アンケート)を使って行いました。



# 給食表彰集会

7月13日(木)、給食委員会の児童による「給食表彰集会」を行いました。給食の後片付けがきれいにできていたクラスと、給食時間のおたより「おいしいなつうしん」のクイズにたくさん正解したクラスを発表しました。「片付けきれいで賞」第1位は6年1組、「給食クイズ王」は5年1組でした!



表彰状とメダルは、給食委員会の児童が作成しました。



# 「めざましスイッチ朝ごはん」月間

9月は「めざましスイッチ朝ごはん」月間です。これは、小平の近隣5市(小平市、東村山市、清瀬市、東久留米市、西東京市)で取り組んでいる、朝食を必ず食べよう、さらには朝食にもっと野菜をとろう、ということを広めていく活動のための標語です。小平市には「あさのやさいは、きんめだる」という標語もあります。小平市では、この活動の一環として、市内小中学校全校の9月の学校給食に「こだいらめざましみそしる」を取り入れます。十三小では27日(水)に実施します。