

# いただきます！

令和6年12月25日  
小平市立小平第十三小学校  
栄養士 古田 香織

## 5年生・おせち料理「わけあって入っています」



12月16日(月)～18日(水)に、5年生各クラスで食育の授業を行いました。道徳の「おせち料理」の学習に関連させ、「わけあって入っています」という授業を実施しました。

はじめに、おせち料理のいわれについて学習しました。10種類の料理について、どのようないわれがあるのか考えました。「えびは背中が曲がっているから…」「れんこんは穴が開いているから…」など想像を膨らませ、おせち料理と由来を結び付けていました。

次に、教材を使って「ミニおせち料理」を作りました。料理を組み立てるときに、それぞれの由来も確認しながら作りました。

折り紙で「ミニおせち料理」を作成。



## リザーブセレクト給食を実施しました



12月24日(火)に、「リザーブセレクト給食」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。今回は飲み物3種類（ミルクコーヒー・りんごジュース・みかんジュース）から一つを選択しました。リザーブ給食の調査は、クロムブックを活用しました。

## 小平冬野菜煮だんご



小平市では、地場産農産物を積極的に使用しています。12月12日(木)は「小平冬野菜煮だんごの日」として、小平産野菜や地粉を使った「小平冬野菜煮だんご」を市内の公立小中学校統一メニューとして実施しました。生産者の顔が見える、採れたてで新鮮な農産物を使うことができるのは、幸せなことですね。



「煮だんご」は小平の郷土料理です。

# 3年生・食育授業「すごいぞ!大豆」



10月24日(火)、3年生は「すごいぞ!大豆」という食育の授業を行いました。国語「すがたをかえる大豆」と関連した授業です。授業のメインは「大豆マップづくり」です。大豆がどのような製品に変身するのか考えながら、大豆マップに食品の写真を貼ります。「大豆を煮て絞ったものは?」「それを加熱して固めたものは?」名前から想像できるものもありますが、なかなか難しいものもあり、考えながら写真を置くこどもたち。大豆製品の実物を見て「高野豆腐ってこんなに硬いの?」「厚揚げは見たことがある!」と、反応がたくさんありました。友達と教えあいながら、答えを導き出しました。

給食には大豆や大豆製品がたくさん使われていることを紹介しました。大豆の栄養の話をして、大豆が昔から日本人に愛されている食材であることを伝えました。



おし  
教えあうことで、発見  
がたくさんあります。

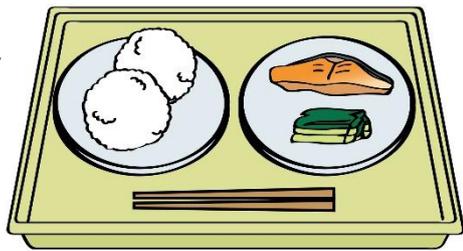


大豆・大豆製品の実物を  
みながら考えました。

## 1月24日~30日は「全国学校給食週間」です!

学校給食は明治22年に始まり全国各地に広まりましたが、戦争の影響などによって中断されました。戦後、食糧難による栄養状態の悪化を背景に学校給食の再開を求める声が高まるようになり、昭和22年1月から学校給食が再開されました。「全国学校給食週間」は、戦後に学校給食が再開されたことを記念して定められたもので、学校給食の意義や役割について理解を深め、関心を高めることを目的としています。

明治22年、山形県鶴岡町の私立忠愛小学校で学校給食が始まりました。  
当時の給食  
「おにぎり、塩鮭、菜の漬物」



十三小では、学校給食週間に、先生方の「思い出の給食メニュー」を実施します。献立表に、メニューと推薦した先生方の名前が書いてあります。