



いただきます!

令和7年6月26日
小平市立小平第十三小学校
栄養士 古田 香織

3年2組・枝豆もぎをしました

6月23日(月)1校時に、3年2組の児童が枝豆もぎをしました。はじめに枝豆クイズをして、枝豆の花の写真を見せました。枝豆を枝からはさみで切るときは、切り方のポイントをおさえて怪我也なく上手に切ることができました。とれたて新鮮な枝豆の味は格別で、当日の給食は「枝豆甘いよ!」「おいしい!」と大人気でした。



枝豆が苦手な子も頑張って食べていました。

枝豆は小平市内の畑でとれたものです!「4粒あったよ!」「変わった形のものがあるよ」と興味津々!



2年2組・とうもろこしの皮むきをしました



6月19日(木)1校時に、2年2組の児童がとうもろこしの皮むきをしました。市内農家の加藤さんをお招きし、とうもろこしの話をお聞きしました。とうもろこしは種をまいて約3か月後に収穫できることや、収穫後の株は土に戻し、次に小松菜を育てることなどを教えていただきました。お話をあとは、全校分、約130本のとうもろこしの皮むきがスタート!こどもたちは、ひげも丁寧に取り除き、上手に皮むきをしました。加藤さんが朝早く(4時半)に収穫してくれたとうもろこしは、新鮮で実がプリプリ!当日の給食では、「とうもろこし、甘くておいしいよ!」と、こどもたちはあっという間に食べていました。



生産者の加藤さん。畑から株を持ってきてくださいました。



皮を1枚ずつはがして、ひげもきれいに取り除きました。

「小平夏野菜カレーの日」 & 小平の郷土料理



6月26日に「小平夏野菜カレーの日」として、小平産の新鮮な夏野菜を使った「小平夏野菜カレー」を作りました。市内の小中学校で一斉に実施し、食育の推進、市内農業への理解、地場野菜の促進を目的としています。

十三小では、小平市内で採れたかぼちゃ、なす、モロッコいんげん、ズッキーニ、トマト、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、にんにくを使用しました。

また、6月6日に「小平茹でまんじゅう」、25日に「小平糰うどん」を作りました。どちらも小平の郷土料理です。小平は昔から水の乏しいところで、田んぼはほとんどなく、主にヒエ、アワ、小麦などの種類が耕作されていました。そのため、小麦粉を使った食文化が根づいています。小麦料理はハレの日のごちそうです。小平に伝わる郷土料理も大切にしていきたいですね。



茹でまんじゅうは、生地もあんこも手作りしました。



小平産きゅうりの天ぷらを添えて。

給食委員会・食育meet放送&給食がんばりカード

給食委員会では、児童による食育meet放送を毎月行っています。スライドにあわせて、子どもたちが話をします。4月は「じゃがいものお話」、5月は「食べ物の3つの働き」、5月は「きゅうりのお話」をしました。

また、より良い給食にするためにどうすればよいかを給食委員会で考え、「給食がんばりカード」を作成しました。6月から7月にかけて2週間取り組めます。子どもたちが考えた4つの目標をそれぞれ達成するとスタンプがもらえます。スタンプがたくさんたまると「おまけ券」がもらえます。上位3クラスは表彰もあります。どのクラスも目標達成に向け、頑張っています。給食委員会の児童が作成したポスターも各教室に配付し、給食に関する啓発活動も行いました。



委員長から活動のお知らせ。

がんばりカード

ポスター



「広げよう、元気のわ! やさいのわ!」 絵の募集について

今年度も「野菜にまつわる絵」の募集をします。配付した通知を見て、詳細を確認のうえ、ぜひ応募してください。締め切りは9月3日(水)です。

ドシドシお待ちしております! ご不明な点は、栄養士古田までお問い合わせください。