



# いただきます！

令和7年 11月 28日  
小平市立小平第十三小学校

## 3年生・出前授業「キッコーマンしょうゆ塾」

3年生は国語「すがたをかえる大豆」や「食べ物のひみつを教えます」で大豆について学習をしています。そこで、11月27日(木)に「キッコーマンしょうゆ塾」の出前授業を行いました。しょうゆの原材料、しょうゆができるまで(工場の映像)、しょうゆの色や香り、しょうゆの五味、食事をおいしく食べるためにはどうすれば良いのかなど、話を聞きました。しょうゆの絞りかす(出前授業を受けた児童だけが触ることができる特別なもの)の実物を触って香りをかいでみたり、しょうゆをライトに照らしてきれいな赤色である様子を観察したりしました。



## 5年生・出前授業「和食とは何か?だしとは何か?」

11月4日(火)に5年生は「和食とは何か?だしとは何か?」という出前授業を行いました。講師は服部栄養専門学校の先生です。はじめに和食についてお話を伺いました。和食の種類、行事食、郷土料理などについて教えていただきました。最後はだし引きの実演です。かつお節を削る作業は初めて見る子も多く、削りたての香りと味に感動していました。続いて、昆布だし、昆布とかつおの合わせだし、塩と醤油で調味した合せだしの3種類を試食しました。「おいしい!」と大好評で、おかわりに大行列ができました。だしを通して「日本人であること」を実感しました。



## みんなの健康展・やさいの絵の展示のお知らせ

「みんなの健康展」が開催されます。選出された「野菜が食べたくなる絵」の展示も同時期に行われます。ぜひご覧ください。※栄養士古田は14日に会場にあります。

★日時：令和7年12月13日(土)午前10時～午後4時  
令和7年12月14日(日)午前10時～午後3時

★場所：小平市中央公民館 1階 ギャラリー

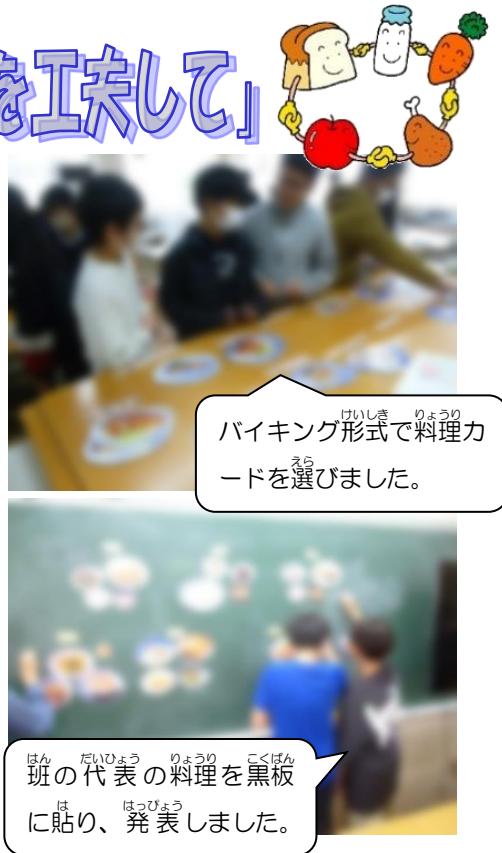
【絵の展示期間】12月13日(土)～19日(金)※15日(月)は休館。

午前9時～午後9時半まで入館可。※19日(金)は午前9時～午後3時半。



# 6年生・家庭科T.T授業「こんだてを工夫して」

11月5日(水)11月7日(金)に6年生各クラスで、「こんだてを工夫して」という授業を家庭科教諭とT.Tで行いました。まず、これまでに学習した「食べ物の3つの働き」や「五大栄養素」についての復習を行いました。次に、料理カードを使って、栄養バランスを考えながらメニューを決めました。主食、主菜、副菜を揃え、さらに材料を確認して、五大栄養素を全て含んでいるかを確かめました。すると無機質が足りないことに気付く児童が多く、無機質を摂るために海藻料理や牛乳を選ぶ工夫をしていました。班ごとに献立を紹介し合い、班の中で一番良い献立を発表しました。「五大栄養素が全て含むように意識しました。」という児童が多かったです。最後に献立内容についてアドバイスをしました。



# 5年生・出前授業「米の脱穀・糊摺り」

11月7日(金)に5年生は「パルシステム」の出前授業、「お米の脱穀・糊摺り」を行いました。指を使って脱穀をし、すりばちと野球ボールを使ってもみがらを取る作業を体験しました。とても根気のいる作業でしたが、一生懸命頑張りました。体験を通して、改めて農家の方の大変さ、食べ物のありがたさを感じることができました。



# 図書コラボ給食『本に出てくるおいしいもの』

11月の読書月間にあわせて、十三小図書室とコラボした給食を4回実施しました。当日の給食にあわせ、本の読み聞かせをmeetで行いました。十三小のホームページでレシピを紹介しています！ぜひご覧ください。



「トップページ」の  
「新着配布文書」  
にレシピを掲載しています。

十三小  
ホームページ

