



いただきます!

令和4年 7月号
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21日(火)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チョコチョコと切る作業でしたが、切り方のポイントをおさえて上手に切ることができました。当日の給食では、「枝豆甘いよ!」と大人気でした。1組と3組は7月に実施します。



枝豆はもちろん小平産です!五感を使って観察したあと、夢中になって切りました。



枝豆、甘くておいしいよ!あっという間に完食です。

2年1組・とうもろこしの皮むきをしました



6月28日(火)1校時に、2年1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、苗1本につき1つのとうもろこししか採れないことなどを教えていただきました。お話のあとは、全校分、約130本のとうもろこしの皮むきがスタート!子どもたちは、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)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、子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。畑から苗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。

3年生・食育授業「葉・くき・根」

じゃむぼーど
Jamboardでヒント
トカードを観察。

6月27日（月）に3年生各クラスで、理科の「植物の育ち方 [2] 葉・くき・根」の単元に関連して、「葉・くき・根どの部分を食べている？」という学習をしました。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た。

Chromebookのjamboardにのっているヒントの写真をみたり、実物に野菜を手にとって観察したりして考えました。実物を観察すると、子どもたちは「ここが茎で、とするとここは葉かな??」などの発見をしながら考えていました。

じゃがいもとたまねぎは難しかったです。 「たまねぎとキャベツは断面が似ているから葉だと思おう」など、観察から得た考えを発表して、正解を導き出しました。



野菜の実物は興味を引き、発見がたくさんあります。



4年生・食育授業「間食について考えよう」



パッケージの栄養成分をチェック。

6月21日（火）に4年生各クラスで、「間食について考えよう!」という授業を行いました。おやつの量や食べる時間について学習しました。実際にお菓子のパッケージの表示を見ながら、どれくらい食べられるのか計算しました。スナック菓子やチョコレートなどは、想像より食べられる量が少ないことがわかり、驚いていました。「賞味期限」「消費期限」の違いや、運動とエネルギーの関係も学習しました。

自分たちにとって身近なおやつ…「いつ」「なにを」「どれくらい」食べればよいか、学ぶことができました。

「広げよう、元気わ! やさいわ!」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、詳細をご確認のうえ、ぜひ応募してください。締め切りは9月5日（月）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。