



食育だより No.7

令和3年11月16日
荒川区立瑞光小学校
校長 小坂 裕紀
栄養士 小倉 啓代

「11月8日～11月12日は食育週間でした」

食育週間中、食に関する関心を高めてもらえるよう、全校で「食育ビンゴ」を実施しました。子どもたちは9項目ある質問を一つ一つ楽しみながら考えていました、どんな結果ができるか・・・結果は食育だより12月号でお知らせします。

また、11月23日は「勤労感謝の日」です。この日は、「勤労をたつとび、生産を祝い、国民たがいに感謝しあう日」です。わたしたちが毎日、安全でおいしい給食を食べることができるのは、たくさんの人たちのおかげです。感謝の気持ちを持って、給食を含め、食事をできるだけ残さずおいしく食べてほしいという願いを込めて、

11月 給食目標 感謝の気持ちをもって食事をしましょう

という目標にむけ、今月取り組んでいます。



～1年生が学んだ～

心をこめて「いただきます」「ごちそうさまでした」

私たちが普段何気なく食べている物は、肉や魚に限らず、米や野菜など、もとはみんな生きています。また、食事が出来るまでには、農作物を作る人、家畜を育てる人、魚をとる人、食べ物を運ぶ人、販売する人、料理を作る人など、多くの人が関わっています。

感謝の気持ちをこめて「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつをして食事をする事の大切さや意味を知るために、「いただきます」「ごちそうさまでした」について考えようという事前授業をクラスごとに行いました。そして調理員さんが給食を作っている様子を ZOOM により 1 年生全クラスに同時に中継しました。

子どもたちは、事前授業を通し、また毎日食べている給食ができる様子を見ること、調理員さんたちのインタビューを聞くことを通し、感謝の気持ちを持って、大切に苦手な食べ物でもがんばって食べたいという気持ちを多くの子どもたちが持ってくれたことを授業後の感想から感じることができました。



～国際理解・異文化理解とコラボレーションした給食～

今年度、国際理解・異文化理解を深めるため、他言語によるあいさつ活動をしています。食育の一環として、給食ではあいさつに関連した国の料理を出しています。

11月2日から11月13日までの他言語によるあいさつ活動は、スワヒリ語です。給食では、食育週間の初日（11月8日）に、スワヒリ語を主言語としているケニアの料理を出しました。

11月8日の献立

- バターライス
- チキン・ランガ（ケニア料理）
- サモサ（ケニア料理）
- 牛乳



味付けは食べやすいようにアレンジを加えました。子どもたちから「チキン・ランガをはじめて食べました。食べやすかったです。」「サモサはカリッとしておいしかったです。」などの感想をさくことができました。

『食品ロス』

食育だより10月号でとりあげました。

6年生の国語科の学習で「私たちにできること」という単元があります。6年3組の高橋琉維さんと細田小桜さんは、食品ロスをテーマに、全校に調べたことを発表しました。発表に使用したスライドの一部を紹介します。



世界には食べ物が十分に食べられない国、マダガスカル・ウガンダ・ザンビアなどを紹介した後、日本の小学校の給食に関わる食品ロスについてまとめました。調理の時に出る食品ロス、食べ残しによる食品ロスなどを足すと、年間約17.2kgで、4歳の子供の体重と同じほどうです。



普段なかなか関わることでできない、調理員さんの思いを知るために、栄養士の小倉さんにインタビューもしました。毎日出していただいている給食をおいしく食べることで、感謝の気持ちをもつだけでなく伝えること、そして食品ロスを減らしていくことを全校に発信しました。

