



食育通信

平成23年11月発行

広島市立草津小学校

親子給食調理体験会～

7月28日実施

7月28日(木),今年度初めての試みとして,親子給食調理体験会を開催し,親子90名の方の参加がありました。

普段は中に入ることができない給食室で,実際に給食作りを体験しました。

当日,調理したメニューは,給食のなかでも人気がある「広島カレーライス,りっちゃんのサラダ,フルーツミックス」でした。子どもたちは,A・B・Cの3つのグループに分かれ,それぞれ自分にあたえられた作業に,一生懸命取り組みました。

日頃から関心を持たれている給食について,親子で理解を深めていただくと共に色々な声を聞かせていただくことができ,大変有意義な会となりました。

みんなで協力して作った給食は,とてもおいしかったです!!



ピーラーでじゃがいもやにんじんの皮をむきました。



ミニトマトをパックから出して,洗いました。



カレーに入れる,にんじんを星やハート・花や動物の型でぬきました。



フルーツミックスに入れるすいかやバナナを包丁で切りました。



きゅうりの輪切りをする時は真剣な顔になりました。



酢・サラダ油・さとう・塩・こしょう・洋辛子をまぜあわせ,りっちゃんのサラダのドレッシングを作りました。



弱火で時間をかけてカレールウを作りました。



広島カレーはパセリを入れると仕上がります。



フルーツミックスもスパテラでまぜあわせました。



みんなで力をあわせて作った給食を図書室で食べました。



ごはん

広島カレー

保護者の感想より

- ・給食室の大きな鍋を,まるでボートのオールのような大きなヘラでかき混ぜる体験ができて良かったです。広島カレー,おいしかったです。
- ・給食室の中に入った,子どもが手伝ったり,とてもいい体験になりました。親も楽しめました。
- ・給食室に入れたことは,とても嬉しかったです。給食調理は,力が必要です。こうやって体験することにより,今後給食を食べる時,感謝して食べてくれると嬉しいと思います。
- ・普通,生で食べるサラダの野菜をボイルしたり,温度計で温度をチェックするなど,勉強になることがたくさんありました。

児童の感想より

- ・カレーやフルーツがおいしかった。いっぱいドレッシングをまぜました。また来たいです。
- ・たまねぎの皮をむくのが楽しかったです。
- ・にんじんの型抜きがおもしろかったです。またやりたいです。
- ・給食室で,いつも暑いのがんばって料理していることがよくわかりました。
- ・おいしかった。みんなで力あわせて作った給食はいつもよりちがったと思う。
- ・包丁で切ったり,なべの中をまぜたり,材料を入れたりして楽しかったです。来年もあたら参加したいです。
- ・大きななべをかきまぜるのが楽しかった。たくさん作るのが大変なのがわかりました。
- ・すいかを切ったり,ハムを切ったりするのが楽しかった。フルーツミックスをまたまぜたいです。
- ・楽しかった。もっと切りたかった!全部をちょっとずつやりたかった!

1年生 「たのしく・なんでもたべよう」

6年生に手伝ってもらっていた給食当番を、夏休み明けから自分たちで全部やるようになって、はりきっている1年生・

9月の初め、各クラスで栄養士が、文部科学省から出されている「食生活学習教材」を使って、「たのしく・なんでもたべよう」という授業をしました。

最初に、給食を楽しみ、気持ちよく食べるためには、食事のマナーを守って、姿勢よく食べることが大切であることを話しました。

次に、担任と栄養士が、「ケンちゃんの栄養の木」という紙芝居をしました。好き嫌いなくなんでも食べると、体のなかの栄養の木が元気に育って赤・黄・緑の実をいっぱいつけ、「げんき」になることを話しました。



給食当番が重い食器や牛乳をがんばって運びます。おかずも上手につぎわけます。



紙芝居「ケンちゃんの栄養の木」

掲示板「とうがんを 見たことがありますか？」



9月の給食にとうがん汁が登場しました。

5～10kgにもなる、とうがんですが、スーパーなどでは、カットされて売られていることが多く、児童がとうがんを丸ごと見る機会は少ないと思われる。

そこで、当日使用した、とうがんを調理員が抱えている写真を紹介し、重さ当てクイズとしました。

当日使用したとうがんは岡山県の牛窓でとれたもので6.3kgもありました。

子どもたちは、重さ当てクイズにチャレンジしていました。

とうがんはきゅうりやかぼちゃと同じりの仲間、夏にとれる野菜ですが、皮が固く、腐りにくいので冬まで保存できます。それで、「冬の瓜」と書いて「冬瓜」という名前になりました。当日の給食は、煮干しと昆布でとっただしに、鶏肉や油揚げを入れ、しょうゆで味をつけたとうがん汁でした。

掲示板「ひいてみよう！！ ジュースのさとう」



暑い時期は清涼飲料水を飲む機会が多くなります。

500ミリリットル入りのペットボトルが普及し、飲み物としてペットボトル1本飲むと糖分をとりすぎてしまうこととなります。

お茶・スポーツ飲料・コーヒー飲料・オレンジジュース・カルピス飲料の5種類の飲み物を選び、ひもを引っ張るとボトルの底についた砂糖が飛び出す仕掛けになっています。

仕掛けのある掲示物に、子どもたちは大変興味を示しました。5種類のペットボトルについているひもをひっぱり、お茶以外の飲み物の砂糖の量にびっくりしていました。

交流給食～ひまわり学級



10月下旬の2日間、調理員と栄養士が、ひまわり学級と一緒に給食を食べました。

最初に自己紹介をし、子どもたちにクイズを出しました。

「今日の給食は何でしょう？」の質問に、「パン！」「カレーうどん！」など元気な声が返ってきました。

また、当日の給食で使用した、えのきだけとぶなしめじを見せ、「このきのこの名前がわかりますか？」と聞くと、「まつたけ！」「えのき！」などと答えてくれました。

えのきとしめじは、触ってみておいもかいでみました。

その他、子どもたちがいろいろな話をしてくれ、楽しいひとときを過ごしました。