

食育だより



令和6年10月1日

No.6

～10月号～

東曽野木小学校



さいきん 最近は、だいぶ涼しくなり過ごしやすいになりましたね。秋といえば「読書の秋」「スポーツの秋」などと言われますが、「食欲の秋」も忘れてはいけませんね。この言葉は、秋には多くの作物が実り、食欲が増すという意味で使われています。秋に旬をむかえる食材には、「さといも」「れんこん」「さつまいも」「りんご」などがあります。おいしい食材をたくさん食べて、今月も元気にすごしましょう。

●こんげつのめあて●

あとかたづ

後片付けをきちんとしよう



あとかたづ

きちんと後片付けできていますか？

かくにん 確認ポイント

●食器やはしは、きちんときれいに食器かごや、はしかごに返しましょう。

食器の中に食べ物が残ったまま、返していませんか？

●残したものは、食缶やボールにまとめましょう。

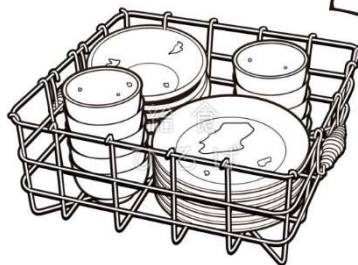
●牛乳びんは、倒さないようにそろえて返しましょう。

●ごみは、ごみ袋へ。しっかり口をしばってごみ箱に捨てましょう。

●配膳台は、きれいにふきましょう。



ふ かん
振り返ってみましょう！



あとかたづ 後片付けも、大事な食事のマナーです。また、みなさんが協力してくれること

で、調理員さんの後片付けが助かります。後片付けを通して、「ごちそうさま」の感謝の気持ちを伝えましょう。

かんきょうきゅうしょくいいんかい エスティーゼス はっぴょう ●環境給食委員会がSDGsについて発表しました！

がつ にち し どう ちょうかい かんきょうきゅうしょくいいんかい きゅうしょく た のこ みず む だ
9月12日の児童朝会で、環境給食委員会が「給食の食べ残しを減らそう！」「水の無駄づかいをやめよう！」また、持続可能な開発目標である「SDGs」についての発表をしました。

へい きん やく キログラム
平均して約3 kg の
た のこ
食べ残しがあります。



た もの む だ
食べ物の無駄をなくそう

きゅうしょく
給食のカレーライスをたくさん
のこ
残してしまったお話を、
ひがしその きょうがっこう た のこ
東曽野木小学校の食べ残しの
りょう せつめい とく さかな
量を説明しました。特に、魚とか
煮物のひが多いです。



みず たいせつ
水を大切にしよう



みず ようせい
水の妖精

みず だ
水を出せばなしにしてしまった
お話を、1日の水の使用量を
せつめい にち みず し ょうりょう
説明しました。1 m³ は 1 L
のペットボトル1000個分です。

へい きん やく リットルメートル
平均して約250 m³ の
みず つか
水が使われています。



し どう ちょうかい ひ こんだて
児童朝会の日の献立は、「ごはん・もずくスープ・ししゃもフ
イ・やさいのきんぴら・ぎゅうにゅう」でした。

「ししゃもが苦手なんだ。」と言っていた子も、この日は「頑
張る！」と意気込んでいました。給食は、かんじく
完食しなければいけない
というものではありません。しかし、食べ物を残すことは「もった
いない」という気持ちはわすれないうで欲しいと思います。



キログラム たいけん ●3 kg を体験してみました！

た のこ キログラム たいけん し どう ちょうかい こ
食べ残し3 kg を体験してもらおうと、児童朝会後の

ひるやす キログラムぶん けい じ
お昼休みから3kg分のペットボトルを掲示しました。

こ キログラム かん
子どもたちにとって3kgはどのように感じたでしょ

うか？お子さんに感想を聞いてみてください。

い がい かる
意外と軽い！

え〜！
おも
重いよ〜

