

村上小食育新聞

第3号

4年生 お茶摘み体験

4年生は、総合的な学習の時間で富士美園さんに伺い、お茶摘み体験やお茶について詳しく話を聞いてきました。

お茶摘み体験に出かけた羽下ヶ淵の茶畑は、高台にあり見晴らしも良く、遠くにはお城山や日本海をながめることができました。富士美園の飯島剛志さんから、お茶の葉は3番目の葉の下で折って摘むことを教えていただき、早速茶畑へ。子どもたちは、夢中になり袋いっぱいになるまでお茶の葉を摘んでいました。

また、富士美園のお店では、村上のお茶の歴史やお茶の種類、効能などについてとても分かりやすく教えていただきました。

摘んだお茶は、家に持ち帰り、お茶の葉の天ぷらにしたり、ホットプレートでお茶を作って飲んだりしたという家庭もあったようです。

富士美園さんの話によると、村上の新茶のシーズンは5月のゴールデンウィーク頃からお祭り前までとのこと。新茶は渋みが少なく甘みが多いのが特徴です。機会があったらご家庭でも新茶を味わってみてはいかがでしょうか。



毎月19日は

食育の日です。



羽下ヶ淵の茶畑

5年生は田植え体験へGo!

野瀬にある菅原栄史さんの田んぼで田植え体験をしました。菅原さんからは、田植えの方法だけでなく、お米の大切さも教えていただきました。

子どもの感想から・・・

『苗2株で茶碗1杯分のご飯になり、毎日食べるにはたくさんのお米が必要になることが分かりました。お米を作る人の大変さが分かったのでお米を大切に食べようと思います。』



2年生 よもぎ団子作り

2年生は、グラウンドで摘んだよもぎを使って、よもぎ団子づくりをしました。下ごしらえや団子にする作業など、とても手間はかかりましたが、どの子も生き生きと活動し、春の香りや味を存分に楽しみました。

よもぎ摘みの様子。

この後、よもぎをゆでて刻む作業をしました。

団子作り。生地をこねて、あんこを包み笹でくるんで蒸しました。

なんと、笹の葉も学校にあるものを摘んで使いました。



子どもたちの感想から

- ・みんなで力を合わせておいしかった。
- ・よもぎが、こんなにおいしいとは思わなかった。
- ・買ってもらった笹団子より自分で作ったほうがおいしかった。



1年生 給食試食会

5月26日、1年生で給食試食会が行われました。当日は、大勢の保護者のみなさまに参加していただきありがとうございました。子どもたちは、おうちの方と一緒に給食を食べられるのを、とても楽しみにしていました。

当日のメニューは、ごはん・牛乳・かつおのアーモンドがらめ・こんにゃくサラダ・かぶのみそ汁でした。

参加したお家の方からは、「家でも学校で食べるようにたくさん食べてほしいです。」「おいしそうに食べているのでよかったです。」「毎日給食がおいしかったと話してくれました。」などの感想をいただきました。

また、当日は栄養教諭が新潟県で進めている「減塩ルネッサンス運動」についても話をしました。新潟県民は塩分摂取量が高い傾向にあります。子どもの頃から薄味に慣れ「今の自分だけでなく未来の自分も健康であるように」心がけて欲しいです。



★献立紹介★ 6月3日の献立

ごはん、牛乳、手作り桜エビコロッケ
レモンドレッシングサラダ、とんじり

新じゃがのおいしい季節です。給食では、みずみずしい新じゃがを使って、手作りコロッケを作りました。手作りコロッケは、とても手間がかかるため今回は5・6年生のみの給食の日に実施しました。調理員さんの愛情たっぷりの手作りコロッケは大好評でした。

挽き肉の代わりに、桜エビとツナを加えました。桜エビとツナのうまみでおいしく食べられます。

