

村上小食育新聞

第 1 号

毎月 19 日は

食育の日です。

新年度の給食が始まりました！

4月8日から新年度の給食が始まりました。1年生は小学生になってから初めての給食当番ですが、どの子も上手に盛っていました。幼稚園や保育園の給食よりも量が少し増えますが、残さず食べようと毎日がんばっています。

1年生の配膳の様子

6年生の配膳の様子

2年生 お花見給食

2年生は進級して、教室が1階から2階へ移動し、桜がよく見えるようになりました。そこで桜を眺めながらのお花見給食をしました。久しぶりにお友達と食べる給食は楽しくておいしかったですね。

5年生 はい、チーズ♪

集まれ！のっぺの仲間たち

おおびら汁

(佐渡市 前浜地区)

煮干しのだしを使います。地域によってはみそで調味するところもあります。

今月は大海！！(村上)

海のように大きな鍋で作ることから大海と呼ばれています。

長もやしののっぺい

(新潟市北区)

小煮もの

(新発田)

のっぺのことを小煮もの、小煮もん、こにもと言います。

のっぺ(新潟市 西蒲区)

冷やして食べるが多いため、さいの目か短冊切りにします。

のっぺ(三条市)

のっぺい(長岡市)

片栗粉でとろみをつけます。

のっぺ(小千谷市)

のっぺ

(十日町市・中魚沼郡)

のっぺい(上越市 三和区)

大根や姫たけのこ(細いたけのこ)を使います。

こくしょ(糸魚川市)

材料を乱切りにします。

食育の日献立「のっぺめぐり」

毎月19日の食育の日(前後には食育の日献立として今年は「のっぺめぐり」をします。新潟県内でも市町村によって名前や使う材料、作り方、切り方など様々です。4月のはのっぺの仲間として村上の郷土料理「大海」を給食で食べました。どんなのっぺが出てくるのか楽しみにしてください。

共食をしましょう

給食時間には、献立や食べ物、栄養、食事マナー等について学級担任が子どもたちに指導しています。家庭での食卓でもぜひ、献立や学校での出来事等について話す「コミュニケーション」の場として「共食」を大切にしてほしいです。

食事のマナーを身につけよう

- ご飯茶碗や汁椀の置く位置は正しいですか？
- 正しい使い方ができていますか？
- お茶碗を持って食べていますか？
- 「いただきます」「や」「ごちそうさま」のあいさつをきちんとしていますか？
- ひじをつかずに、姿勢良く食べていますか？

今年度も文部科学省委託事業スーパー食育スクールに指定されました。学校では子どもたちの食に対する興味・関心を高め、食に関する様々な知識と日常生活で実践する態度を身に付けられるような活動に今後も取り組んでまいります。ご家庭からもご協力いただくことが多々あるかと思いますが、よろしくお願いいたします。

村上小学校のホームページにも毎日の給食や日々の活動の様子を随時更新しています。どうぞご覧ください。

<http://www.iwafune.ne.jp/~maizuru/>