



©少年写真新聞社2023

2024.7.18 友生しょうがっこう

いよいよ夏休みがやってきます。約1か月半、給食がない日が続きます。朝昼夕の食事をしっかりとって、暑さに負けない体を作りましょう。新学期もまた、みなさんと元気に会えることを楽しみにしています！

【食育のできごと】

ねんせい しょくひん 4年生「食品ロスについて」

4年生では、社会科でゴミの学習を進めています。そこで今回、自分たちのクラスから出た給食のごみ(食品ロス)について知り、減らすためにできることは何かを考えました。

～児童の感想より～

- 食品ロスがふえると、心や命や自然がもったいないとわかった。
- 自分のクラスだけでこんなに残食が出ていると分かった。
- 自分が食べれる量を選んだり、決めたりする。



【残食と同じ重さのバケツを持っています。】

ねんせい こめ よ 5年生「お米の良さ」

5年生では、社会科でお米の学習をします。そこで、食育でもお米のよさについて考えました。また、自分の成長に必要な栄養を知るため、この日の給食では、自分の体に合わせたごはんの量を配膳しました。

～児童の感想より～

- 家で食べていた量よりも少し多かったけど、自分にはちょうどよかったです。
- 八十八も手間をかけてご飯を作ってくれていたり、エネルギー源になったりすることを知り、これからも頑張ってお米を完食しようと思いました。
- お米について詳しく知れたから、よりお米が好きになった。
- お米はとても大事でありがたい食べ物なんだなと思った。



ねんせい かわ 2年生「とうもろこしの皮むき」

季節の食材と触れ合うことを目的に、今年もとうもろこしの皮むきを実施しました。皮をむいたとうもろこしは、翌日の給食に登場しました。



クイズ とうもろこしの実と 同じ数なのは？

- ①葉
- ②根
- ③ひげ(雌しべ)



とうもろこしは、一つの株に雌花と雄花があり、雄花の先にはひげ(雌しべ)がついていますが、雌花の花柄が穂先から伸びてきます。雄花は、その先に雄しべが伸びてきます。そのために、とうもろこしは、一つの株に雌花と雄花が同じ数になります。

©少年写真新聞社2024

ねんせい やさい 3年生「野菜について」

3年生では、理科で植物のからだのつくりを学習します。そこで、自分たちが普段食べている野菜は、植物のどの部分なのかを学びました。夏休みも、しっかり野菜を食べて元気に過ごしたいですね。

～児童の感想より～

- ・玉ねぎが葉だとは思わなかった。
- ・家で野菜を育てているので、もっと野菜のことを知りたいです。
- ・いろいろなところで野菜は生きているんだと思った。



つめ の ちゆう い 冷たい飲み物・とり過ぎに注意しよう アイスクリームの

含まれる砂糖の量 ※複数の商品の内容量と炭水化物の量の平均を算出したものです。商品によって違いがあります。

炭酸飲料	果実飲料	アイスクリーム (ラクトアイス)	氷菓
1本あたり 約54g	1本あたり 約51g	1個あたり 約19g	1個あたり 約17g

暑い夏は、冷たい飲み物やアイスクリームをとる機会が増えます。しかし、炭酸飲料や果実飲料、アイスクリームや氷菓などには糖分が多く含まれていて、とり過ぎると肥満や糖尿病、むし歯などの原因になります。糖分をとり過ぎないように、とる時間を決めて、量や回数に注意しましょう。

©少年写真新聞社2023