

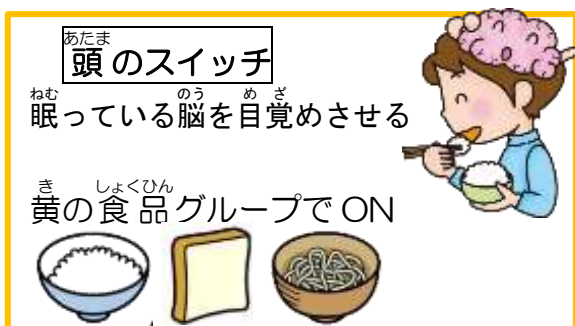
6月給食だより

令和7年6月24日
倉敷市立第五福田小学校

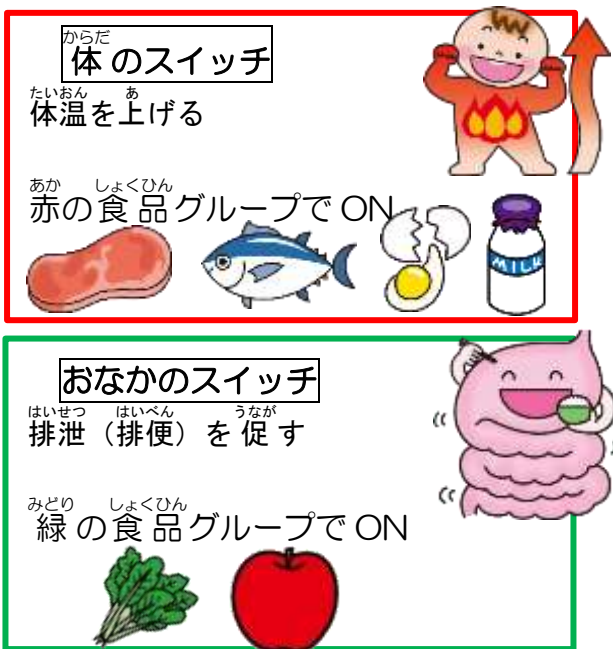
6年生 家庭科の学習で朝食の献立を考えました！

5月27日、6年生は家庭科の時間に朝食について学習をしました。まずは、自身の朝食を振り返り、「くらしき市版ヘルスジャッジ」という食育支援システムで、栄養バランスや食事バランスを診断しました。学校栄養職員より、赤・黄・緑の3つの食品グループが揃った朝食を食べることで、朝ごはんの3つのスイッチがオンになることを学習しました。

朝ごはんの3つのスイッチ



子どもたちは、今の朝食をレベルアップし、自分で用意できる朝食の献立を考えました。「栄養バランス」「短時間で」「家にあるもので」「後片付けまで自分で」のポイントに気をつけながら、自分で用意できる朝食を考えていました。レベルアップした朝食をヘルスジャッジに入力し、栄養バランスを確認しました。



「授業のことをお家で話した！」「我が家の朝食のアピールポイント」「朝食のお悩み」など、ご家庭で授業に関連した話題がありましたら、担任を通じて学校栄養職員まで教えてください。

地産地消給食

6月16日（月）倉敷市福田・連島地区の小中学校で、岡山県や倉敷市産の地場産物を活用した統一の献立をじっし実施しました。



給食時間の放送で、学校栄養職員より、地産地消の意味や、岡山県の特産品である

味つけのりについて紹介しました。

岡山ではのりの養殖業は10月から始まり、網にのりの種を付け、のりの苗を海の中で育てます。11月中頃、栄養たっぷりの沖合の海水面に網を一枚ずつ固定して、浮き流し養殖にします。のりが30cm上に伸びてくると、収穫し、刈り取ったのりを船から陸の上の大型タンクへポンプで吸い上げていきます。そして、工場へ運び、乾燥したのりへ加工していきます。

最近では、海の海水温が高く、水温が下がる時期が遅くなってきたため、のりが他の魚に食べられてしまうという「食害」や自然の影響を受けてのりが取れにくい状態になっています。生産者の方は、自然環境と闘いながら、少しでもおいしいのりを作るために、毎日寒い海で愛情込めてのりを育ててくださっています。感謝して食べましょう。

今回使用した味つけのりは、倉敷市福田・連島地区の地産地消給食に参加している小学校のキャラクターをプリントした、特別なパッケージでした。子どもたちは「だいきくんがいる！」「これはどこの学校のキャラ？」とパッケージをよく見ていました。



7月の給食予定

17日（木）1学期給食最終日 ※18日（金）終業式は給食がありません。

※14日（月）から17日（木）はマイエプロンで給食当番を行います。給食当番が当たりましたら、エプロンの準備をよろしくお願いいたします。

きゅうしょくざんりょうちょうさ 給食残量調査

6月16日～20日、給食残量調査を実施しました。この調査は、倉敷市内の全ての小中学校で、年2回実施しています。全体量を100%として、食べ残した量の割合を算出しています。調査結果は、今後の献立作成の参考にしたり、健康教育に役立てたりしています。

この週は急に暑くなったからか、全体的に昨年度よりも残量が多くなっていました。特に主食の残量が多く、炒め煮やきんぴらなども多く残っていました。これから暑くなると、食べる量が減り、疲れやすくなったり元気が出なくなったりする『夏バテ』になりやすくなります。毎日しっかりと給食を食べて元気に過ごしましょう。



ライオンちゃん
きゅうしょくじかんときどきとうじょう
給食時間に時々登場！
みんなの給食の様子を
チェックするよ！

せいかついいんかい 生活委員会 がんばっています！



4月から牛乳がパックから瓶に変わりました。教室で配膳する時や給食場で返却する時に、牛乳瓶を落として割れる、ということが何度も起こっています。

生活委員会では、安全のために「牛乳瓶が割れないためにはどうすればいいか。」「生活委員会ですんなことができるか。」を委員会の時間に考えました。子どもたちからは、「牛乳瓶をおぼんの上に寝かせて置くよう呼びかける。」「廊下を歩くように伝える。」など、色々なアイデアを考えました。

牛乳を返却する時に割れることが多いため、返却ケースの前の壁に、生活委員会の児童が作成したポスターを掲示しました。また、給食場前の廊下を走らないように、床に「あるいてね」の掲示もしました。この掲示をしてからは、給食場前を走る子どもが減っています。安全に準備や片づけができるといいですね。

