

食育だより



平成 22 年度 11 月号
木津川市食育推進委員会

日々、寒さが厳しくなってきました。風邪をひきやすい時期ですので、食事、睡眠、運動、休養をしっかりととり、じょうぶな体作りをしていきたいものです。

2学期 各学校での取組

9月 上粕小学校2年生 生活科 「冬野菜を育てよう」

地域の農家の方に野菜の育て方を学び、冬野菜である大根の種まきを行いました。栄養教諭から大根の話、農家の方から栽培方法についての話を聞き、一人一つ肥料の袋で作る大根の栽培を行っています。



10月 棚倉小学校3年生 給食時間 ～招待給食～

給食食材の生産者でもある、ほうれんそう農家の方を小学校に招き、一緒に給食を食べる「招待給食」を実施しました。招待給食は、ほうれんそうを使った給食の日にあわせて行い、生産者の方から食べ物を育てるときの苦労や工夫の話を聞くことができました。給食と一緒に食べ、生産者の話を直接聞くことで、食べ物や給食に関わる人達への感謝の気持ちを育み、地域に目を向けることができたようです。12月には上粕小学校でも実施する予定です。



10月 山城中学校1年生 家庭科 「山城町の特産物を知ろう」



家庭科の授業「地域の食材を知ろう」で山城町の地場産物について学習しました。まず、生鮮食品の旬を学習した後、季節の山城町の特産物について学習しました。筍やお茶以外にも、春は菜の花、夏は万願寺唐辛子やなす、ブルーベリーなど、寒くなると、しいたけや水菜、ほうれんそう、春菊（菊菜）、えび芋など、いろいろな産物が作られていることを学習しました。そのあと、食生活改善推進員の方々に学び、地場産物を使用した調理実習を行いました。筍やしいたけが入った中華ちまき、水菜のすまし汁、えび芋のともあえ、抹茶寒天など4品を作り、地場産物や郷土料理への関心を深めることができました。



11月 上粕小学校3年生 総合的な学習の時間 「さくへいを作ろう」



山城町の伝統的なお菓子「さくへい（索餅）」について調べ学習をしている3年生が、山城町商工会やさくへい作りに携わっておられた方々に教えていただき、さくへい作りを行いました。さくへいは、米粉や小麦粉、長いも等を混ぜて作ります。子ども達は固い生地を力いっぱいこね、細長くした後、ちぎれないように縄のようなねじねじの形を作りました。さくへい作りを通して、地元の食文化に触れる貴重な体験となりました。

上粕小学校6年生 家庭科 「一食分の食事について考えよう」

自分達で考えたメニューを食生活改善推進員の方々に調理方法や味付けのアドバイスをいただきながら、栄養バランスのとれたお弁当作りを行いました。今回は旬の地場産物ほうれんそうを使った献立で、ごまあえやベーコン巻き、チャーハンやチヂミ等、工夫を凝らした料理が出来上がりました。

