



志木市立志木第三小学校
栄養教諭 藤本 千尋

5月には、1年生が『そらまめ』のさやむき体験、2年生が『グリーンピース』のさやむき体験を行いました。全校分のさやむきを行うので、とてもたくさんありましたが、上手に優しくむくことができました。6月は3年生の『とうもろこし皮むき』4年生の『ヤングコーン皮むき』、7月は5年生の『えだまめもぎ』6年生の『絹ごやすじとり』の体験をそれぞれ予定しています。楽しみにしててくださいね。

配布した食育だよりには、

1年生・2年生の活動の様子が

写真で載っています。



6月は『彩の国ふるさと学校給食月間』です。

毎年6月と11月は、県で定められた『彩の国ふるさと学校給食月間』です。埼玉県の食材や郷土料理を給食に取り入れ、私たち

のふるさとである埼玉県への愛着を深める活動を行っています。

また、6月は国で定められた『食育月間』でもあります。食は『生きる上での基本』です。そして『食育』は、食に関する様々な経験を通じて、健全な食生活を送ることができる人間を育てることです。食べることは一生続きますので、子供のうちだけではなく、大人になっても食育は必要です。健康に長生きするためだけではなく、好き嫌いなく食べたことのないものにもチャレンジして、食に対する興味をたくさん持って豊かな人生にしてほしいと思っています。

さいたまけん しょくざい とくさんぶつ きょうどりようり めいぶつりようり
埼玉県の食材や特産物、郷土料理や名物料理が

たくさん登場します！

6月16日は『和菓子の日』6月に食べる和菓子を知っていますか？

京都では有名な行事食で、6月の古い呼び方でもある『水無月』という和菓子です。米粉などを水で練って蒸した『ういろ』の上に小豆が乗っていて、形は、氷に見立てて三角形に切られます。主に関西では、これから暑くなる季節に入る前に身の汚れを祓い、無事に過ごせるようにと願いを込めて『夏越祓』（別名『氷の節句』）という行事を行います。昔の天皇などが住んでいた宮中では、氷室と呼ばれる氷を保存しておく場所があり、これを一口食べて夏を乗り切るといって宮中行事が行われていましたが、庶民にとって夏の氷は口にすることもできない高級品であったため、和菓子で氷を再現したそうです。ちょうど1年の半分である6月30日に食べるので、残りの半年も元気ですごせるようにという願いを込めて食べます。給食にも登場するので、お楽しみに！

