

食育だより

下野市立南河内中学校 令和元年度 1月号

1月24日は学校給食記念日です


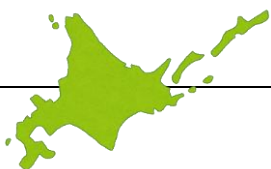


学校給食週間中、南河内中学校では、給食委員による呼びかけや放送によるクイズを行いました。また、全校生徒が食に関する標語を作り、優秀作品を掲示しました。

学校給食の目的は、今と昔では大きく変わってきています。

昔、戦争が終わったばかりは食料不足の時は、栄養をとって子どもたちの体の状態をよくするために給食がありました。今は、マナーを身につけたり、栄養について学ぶための食育の時間になりました。この機会に、食に関心を持っていただけたら嬉しいです。





☆給食委員によるクイズ 問題

1	次のうち色の緑黄色野菜はどれでしょう？ ① 赤パプリカ ②黄パプリカ ③きゅうり	
2	上三川黒チャーハンの黒の意味は何からきているのでしょうか？ ① 黒こしょう ②黒いソース ③チョコレート ④炭	
3	青森県のりんごの生産量は次のうちどれでしょう？ ① 2万トン ②44万トン ③7千トン	
4	次のうち、野菜はどれでしょう？ ① すいか ②かき ③バナナ	
5	名古屋で有名なある魚とは何でしょう？ ① 金魚 ②さば ③えび	
6	名古屋城にあるシンボルがエビフライに似ていることからエビフライが有名になったという説もあります。その名古屋城のシンボルといえば金のシャチホコですが、オスとメスがあります。北側にあるのはどちらでしょう？ ① オス ②メス	
7	北海道でたくさんとれる海の植物は何でしょう？ ① 昆布 ②わかめ ③あおさ	
8	ハスカップは主に北海道で栽培されていて全国から注目されている果実です。ハスカップは何の果実と言われているでしょう？	
9	風邪予防になる果実は何でしょう？ ① バナナ ②みかん ③りんご	
10	「おから」は何を作るときにできるものでしょう？ ① 豆腐 ②お米 ③じゃがいも	
11	鮭の卵はどれでしょう？ ① キャビア ②いくら ③タピオカ	
12	3食しっかりご飯を食べないとどうなるでしょう？ ① やせる ②ふとる ③変わらない	
13	野菜を食べないとどうなるでしょう？ ① 病気になる ②変わらない ③ふとる	

答えは裏面へ

☆給食委員によるクイズ 答え

1	①赤パプリカ 残りは色の薄い野菜です。		
2	③黒いソース このチャーハンのための特別なソースがあります。		
3	②44万トン		
4	①すいか		
5	③えび		
6	①オス		
7	②昆布 全国の70%をしめます。		
8	不老長寿の果実		
9	②みかん		
10	①豆腐		
11	②いくら		
12	②ふとる		
13	①病気になる		

☆食に関する標語優秀作品

1-1	<ul style="list-style-type: none"> ・みんなで食事 楽しく会話、楽しく食べる 自然と出てくるたくさんの笑顔 ・めざせ 食品ロスゼロ ・いつも大切な命を 私たちのために・・・ ありがとう。
1-2	<ul style="list-style-type: none"> ・命に感謝して 残さずおいしく いただく。 ・食は 命と命の共同体 感謝を忘れずに ・料理になるまでに かかわってくれた人に感謝の気持ちで 「いただきます」
1-3	<ul style="list-style-type: none"> ・食べ残し 人の努力を 無駄にする ・命をくれた生き物と 作ってくれた農家への 感謝を込めて「いただきます」 ・食べられる 当たり前前の日常が 本当に幸せだ
2-1	<ul style="list-style-type: none"> ・増やしすぎ おかすに対する 米の量 ・緑黄色 おいしく食べて 健康UP ・いただきます その一言に 気持ちをこめて
2-2	<ul style="list-style-type: none"> ・「いただきます」 たくさんの人に 感謝をこめて ・食べ物が豊富な今 食に困ることはない だからこそ毎食食べるべき ・朝練を がんばるために 朝ご飯
3-1	<ul style="list-style-type: none"> ・感謝して 残さず食べよう 最後まで ・食卓を 囲めることは ありがたい ・お米を見ると 一つ一つが輝いて 作る人の顔が浮かぶ
3-2	<ul style="list-style-type: none"> ・塩・糖分 今のうちから 控えましょう ・いただきます その言葉が言える ありがたさ ・感謝しよう 命を食べて 生きていること

皆さん、素晴らしい標語が出来上がりました。優秀作品には、下都賀地区学校給食研修会より賞状がです。

給食委員の呼びかけでは、姿勢についての話もありました。日頃から、食事のあいさつ、きちんとした箸の持ち方、正しい姿勢などは、気をつけていただきたいです。

