

食育だより 12月号

2024年12月5日
町田市立本町田小学校
校長 杉本 勉
栄養士 相川 結香

いよいよ今年も最後の月になりました。寒い日でも、子供たちは元気いっぱいです！一方で、インフルエンザ等の感染症が流行る時期でもあります。感染症予防の基本は手洗いです。いろいろな物に触れる手は、一見きれいに見えても、細菌やウイルスなどがたくさん付いています。自分自身の感染を防ぐとともに、周りの人へ感染を広げないためにも、きちんと手洗いをするのが大切です。



学校給食費の納期限（口座振替日）

今回は **12月25日** が12月分の口座振替日となっております。金額は、5月中旬にご自宅に発送された納入通知書をご確認ください。

2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期
6月分	7月分	8・9月分	10月分	11月分	12月分	1月分	2・3月分
7月1日	7月31日	9月30日	10月31日	12月2日	12月25日	1月31日	2月28日

※上記の表は今後の日程です。

減額について（学校給食費について）

給食提供日において、3日以上連続で欠食する場合、申出日の3日目以降を減額することができます。減額するためには、学校に給食停止の申出が必要です。3日以上欠食することがわかった段階で、すぐに学校（栄養士）に給食停止を申し出てください。申出がないと、学校給食費の減額ができません。

申請忘れはありませんか？（学校給食について）

住所等の登録内容や喫食状況の変更は保護者からの申請が必要です。必要書類の提出またはオンラインでの手続きがありますので、学校（栄養士）までご連絡ください。

キャベツ、大根、ねぎ、小松菜は町田市産でした。



10月28日～11月25日の産地は以下の通りになりました。

セロリ	長野	玉ねぎ	北海道	にんじん	北海道	じゃがいも	北海道
キャベツ	群馬・茨城 東京	きゅうり	群馬・宮崎	にんにく	青森	しょうが	高知
しめじ	長野	もやし	栃木	ごぼう	青森	大根	茨城・東京
ねぎ	青森・東京	にら	茨城・栃木	かぶ	埼玉	赤パプリカ	高知
小松菜	神奈川・ 東京	白菜	群馬	さつまいも	茨城	黄パプリカ	高知
えのき	長野	柿	福岡	りんご	秋田・ 山形	みかん	和歌山・ 佐賀
鶏肉	岩手	豚肉	群馬・神奈川	さば	ノルウェー	ホキ	ニュージーランド
鮭	北海道	じゃこ	インドネシア	ししゃも	ノルウェー		

12月の給食目標「きれいに手を洗いましょう。」

正しい手の洗い方を確認しよう

- ①水で手をぬらし、せっけんをつけて、手のひらをよくこする。
- ②手の甲をのばすように洗う。
- ③指先・爪の間を、逆の手のひらの上でしっかりこする。
- ④指の間を洗う。
- ⑤親指は、ねじりながら洗う。
- ⑥手首を洗う。
- ⑦汚れとせっけんを、流水でよく洗い流す。
- ⑧清潔なハンカチやタオルでふく。

手洗い後に水分が残っていると手荒れの原因になります。手荒れがあると、手洗いがおろそかになりがちです。清潔なハンカチ等で水分をふき取り、手荒れを予防しましょう。お子様にも、ハンカチを持たせるようにお願いします。

11月の給食紹介

FC町田ゼルビア応援給食

今年も町田市内の学校給食で、FC 町田ゼルビア応援給食を実施しました。



11月19日(火)
 <献立内容>
 牛乳 ごはん ひじきとじゃこの甘辛ふりかけ
 鶏肉のガーリックハニーソース
 小松菜と春雨のサラダ
 白菜と豆乳のクリーム煮

FC 町田ゼルビアは、町田市を本拠地とするサッカーチームです。献立内容は、FC 町田ゼルビアの選手がクラブハウスで実際に食べているメニューを教えていただき、学校給食用にアレンジしたものです。選手や成長期の子供たちにとって大切なカルシウムがしっかりとれる献立内容になっています。

この取組において、選手へのインタビューをいただきましたので掲載します。



FC町田ゼルビア ゴールキーパー 谷 晃生選手にインタビューをしました!

Q. 学校給食の思い出を教えてください。

A. 僕はいつも給食のとき、揚げパンが好きだったので、揚げパンが出たときは必ずおかわりじゃんけんに参加して、揚げパンの争奪戦を繰り広げていました。

Q. 好き嫌いはありましたか?

A. 僕は好き嫌いがなかったので、ここまで大きくなっちゃいました。皆さんも好き嫌いはあるとは思いますが、できるだけ色々なものにチャレンジしてほしいなと思います。

Q. 最後に一言お願いします

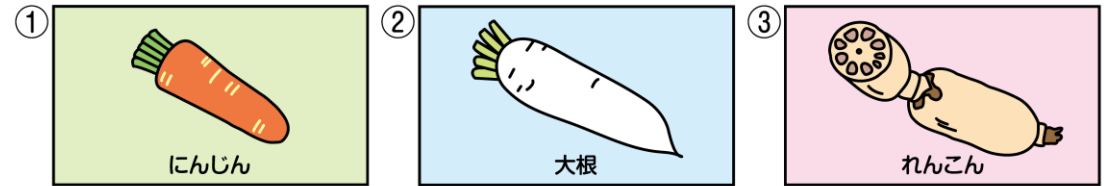
A. 僕たちFC町田ゼルビアは、残りのリーグ戦も少なくなってきたので、ぜひスタジアムで応援してもらえると嬉しいです。



冬の食べもの 3択クイズ



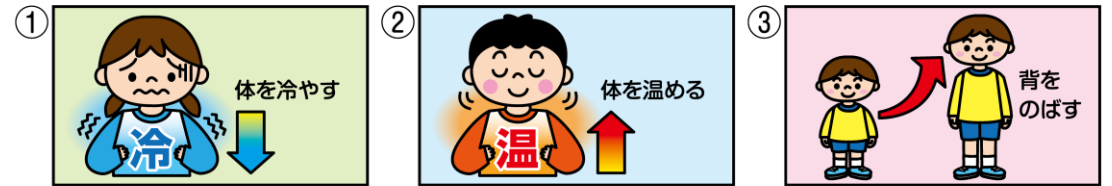
Q1 次のうち、くきの部分を食べる野菜はどれ?



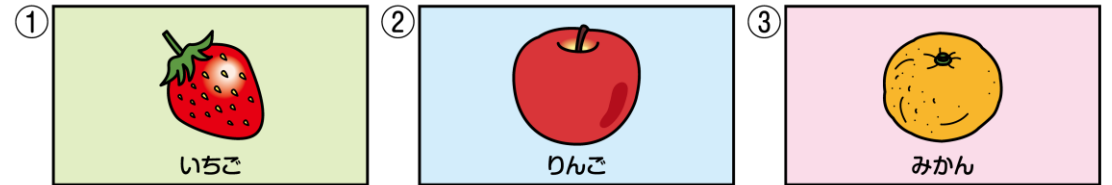
Q2 次の葉物野菜のうち、小松菜はどれ?



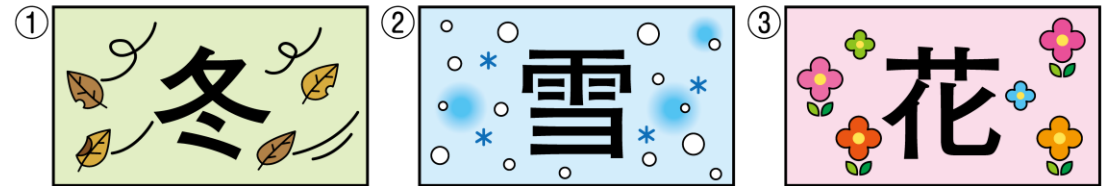
Q3 ごぼうやにんじん、ねぎなどの冬野菜は、体にどんな働きをするでしょう?



Q4 次のうち、木にならないものはどれ?



Q5 タラは魚鱚に何という漢字を書きましょう?



こたえ Q1=③ [①と②は根の部分] Q2=③ [①はチンゲンサイ、②はほうれん草]
 Q3=② Q4=① Q5=②鱚(タラ) [①は鱈(コノシロ)、③は鱈(ホッケ)]