

10月

# 給食だより



2021年 10月1日(金)

町田市立つくし野小学校

校長 佐々木 研一

栄養士 大屋 もも

朝夕涼しくなり、少しずつ秋らしさが感じられるようになりました。スポーツの秋、読書の秋といわれるように運動や勉強に取り組む格好の季節です。ただ、夏の疲れが出やすい時期でもあります。十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけて体調を整え、充実した学校生活を送りましょう。

## まっくう給食

町田市から発掘された土偶をモデルとした、「まちだ縄文キャラクター『まっくう』」を通じて「縄文のまちだ」に親しみと誇りを持ってもらうことを目的としています。

### 【まちだ縄文キャラクター「まっくう」について】

- まちだ縄文キャラクター「まっくう」のモデルとなった土偶は、小山町にある田端東遺跡で発掘された田端東遺跡出土中空土偶で、まちだ市指定有形文化財です。約3,300年前に作られ、高さは約7cmです。まちだで発見された中空土偶なので「まっくう」と名付けられました。
- 「まっくう」のモデルとなった中空土偶は、イベント等で出張展示される場合以外は、まちだ市考古資料室で展示されています。  
〈2021年度の出張展示予定〉  
10月9日～12月5日 江戸東京博物館  
特別展「縄文2021—東京に生きた縄文人—」  
12月20日～12月24日 まちだ市役所イベントスタジオ  
「(仮)祝・世界遺産 北海道・北東北の縄文遺跡群とまちだ」
- まちだデジタルミュージアムでは中空土偶の3D画像をご覧いただけます。

[検索](#) まちだ市ホームページサイト内検索「まちだデジタルミュージアム」



2019年度  
実施のまっくう給食



ぎゅうしょくもくひょう

給食目標

かんしゃ

きも

た

感謝の気持ちをもって食べよう



がっ こう きゅうしょく

# 学校給食にかかわっている人たち



えいようし  
栄養士

ちょうりいん  
調理員



せいさんしゃ  
生産者



うんそうぎょうしゃ  
運送業者

学校給食には、多くの人がかかわっています。献立を考える栄養士、その献立をもとに調理をする調理員、食べ物を育てたりとったりする生産者、食べ物を運ぶ運送業者などです。ほかにもいろいろな人が学校給食を支えています。その人たちへ、感謝の心を持って食べましょう。

## 10月23日運動会に向けて元気な体を作ろう



スポーツをしていて「もっとうまくなりたい」「強くなりたい」と思う人もいるのでは？ そんな時は、練習方法だけではなく、食事について見直してみるのもよいかもしれません。スポーツと食について、学んでいきましょう。



### 食事エネルギーや栄養を しっかりとりましょう

スポーツをする人はエネルギーや栄養素を多く必要とします。さらに、子どもは成長に使う分も必要です。家族より量を増やしたり、料理を追加したりして、しっかりエネルギーや栄養素をとりましょう。

