

7月給食だより

2024年6月27日
町田市立
鶴川第二小学校
No.4

7月の予定と献立内容



7月1日(月) 半夏生

「半夏生」は夏至の日から数えて11日目をさします。(今年は7月1日です)
農作業の目安とするための雑節のひとつで、田植えを終わらせる目安となる日です。半夏生の日に関西では「稲の苗がタコの足のようになりしっかりと大地に根付くように」という願いを込めてタコを、福井県では「田植えを終えた農民を労うとともに、疲れた身体に滋養をつけるために」さばを食べる風習があります。そこで1日の給食には『たこ飯』と『さばの南部焼き』を出します。今年の豊作を願って食べましょう♪

7月5日(金) 七夕

七夕は、牽牛(彦星)と織女(織姫)が天の川をはさんで離れ離れになり、年に1度だけ会うことを許されたという中国の伝説から生まれた行事です。給食では、七夕の行事食である「そうめん」と、夜空をいろどる「星形のかまぼこ」を汁に入れました。



7月10日(水) 2年生『とうもろこしの皮むきをしよう!』

夏が旬の野菜「とうもろこし」について学習し、給食に使用するととうもろこしの皮むきをします。皮をむいたとうもろこしは、給食室でゆでて給食の一品になります。季節の野菜に親しみ、季節の味覚を味わう、よい体験になればと思います。



※2年生の保護者の皆様にはエプロン・三角巾などのご準備をよろしくお願いいたします。植物などで手がかゆくなる場合には未使用の軍手や使い捨ての手袋などを持たせていただいても構いません。

7月11日(木) まち☆ベジ給食の日

町田市では地場農産物利用促進の一環として、市内の全小学校で、年2回「まち☆ベジ給食」を

町田産の美味しい野菜を
たくさん使ったカレーライ
スだよ♪



実施しています。11日は町田市産のトマト・ピーマン・玉ねぎ・じゃがいも・かぼちゃ・なすを使った『夏野菜のカレーライス』を出します。

11日以外にも、7月の給食には「まち☆ベジ」が数多く登場予定です♪

7月17日(水) 南アフリカ料理(食育の日 / ネルソン・マンデラ国際デー)

毎月、世界の料理や日本の郷土料理を紹介している食育の日。7月は南アフリカ料理です。南アフリカはインドネシアと同様に町田市がホストタウンをしていました。また、7月18日は「ネルソン・マンデラ国際デー」です。ネルソン・マンデラは南アフリカ初の黒人大統領で、その95年の生涯のうち67年を世界平和のために費やしたそうです。このことから、国連は、ネルソン・マンデラの誕生日である7月18日を「世界の人々の誰かの幸せのために67分を費やす日」として決めました。17日の給食では、南アフリカ料理の『ペリペリチキン』と『ポットジェコ』を出します。

7月18日(木) アンケート給食

給食委員会の活動として、アンケート給食を行っています。アンケート給食は、数ある選択肢の中から1つ選び、全校で1位になったものを給食に出すという企画です。今回は揚げパンの味のアンケートをとりました。きなこやシュガーなど5種類の味の中で、見事ココアが1位になりました。ココア味の揚げパンは食べたことのない人も多いかもしれませんね。ぜひ当日を楽しみにしてください♪

熱中症予防に「水分補給」と「朝ごはん」!



ジリジリと照りつける強い日差しに、本格的な夏の到来を感じます。この時期、特に気をつけなくてはならないのが熱中症です。“いつでも・どこでも・誰でも”発症する可能性があり、重症化すると命を落とすこともあります。熱中症予防のために、日ごろから体調を整え、こまめな水分補給を心がけることが大切です。また、睡眠不足や朝ごはん抜きの方は、熱中症のリスクが高まります。早寝・早起きをし、必ず朝ごはんを食べましょう。

水分補給のポイント

水分補給の基本は水や麦茶で、汗をかいたときにはスポーツドリンクなども利用しましょう。



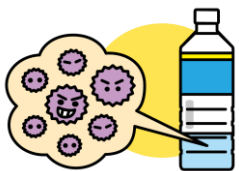
のどが渇いたと感じる前に飲む



コップ1杯程度をこまめに飲む



汗をたくさんかいたときには塩分も一緒にとる



ペットボトルは、飲みかけのまま放置すると細菌が増えて、食中毒を起こす危険性があります。口をついたら早めに飲み切るようにしましょう。



水筒は、持ち帰ったらパッキン類を取り外して、それぞれ洗剤でよく洗い、しっかり乾かしましょう。



<2学期の給食は9月3日(火)開始予定です。>

ランチョンマット・ハンカチ・マスク、当番で白衣を持ち帰った人は白衣を忘れずに！
元気な皆さんと2学期に会えるのを楽しみにしています♪

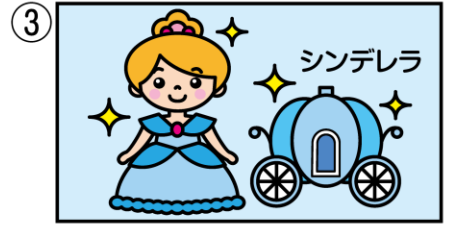
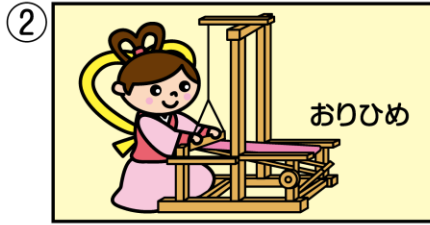
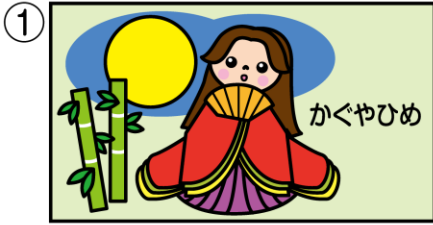
給食食材の産地 (2024年6月)

品目	産地(都道府県名)	品名	産地(都道府県名)	品名	産地(都道府県名)	品名	産地(都道府県名)
かぶ	町田・青森	だいこん・小松菜	町田	バレンシアオレンジ	和歌山	ホキ	ニュージーランド
キャベツ・きゅうり	町田	にら・もやし	栃木	冷凍ブルーベリー	東京	さば	欧州
なす	千葉	にんにく	青森	もずく	沖縄	あじ	ニュージーランド
ごぼう	青森	ねぎ・れんこん	茨城	たまご	埼玉	赤魚	アメリカ・欧州
さやいんげん	山形	ピーマン	青森・岩手	えのきたけ	長野	いか	ペルー
しょうが	高知	にんじん	茨城・千葉	エリンギ	長野	ちりめんじゃこ	瀬戸内
セロリ	福岡	白菜	長野	しめじ	新潟	鶏肉	青森・岩手・宮崎
そらまめ	新潟	玉ねぎ	町田・兵庫・佐賀	さつまいも	茨城	豚肉	群馬・鹿児島
とうがん	愛知	白菜キムチ	町田	じゃがいも	町田・長崎・千葉	精白米	秋田

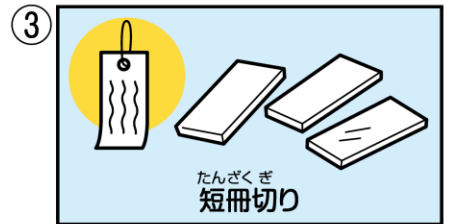
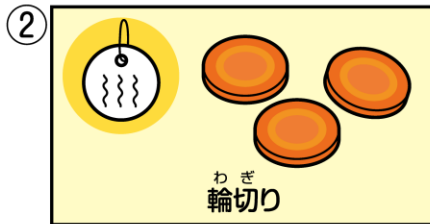
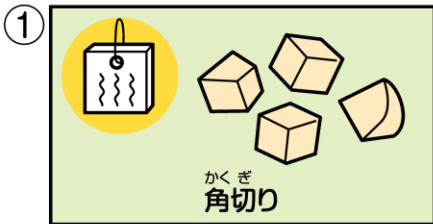
七**3**択クイズ



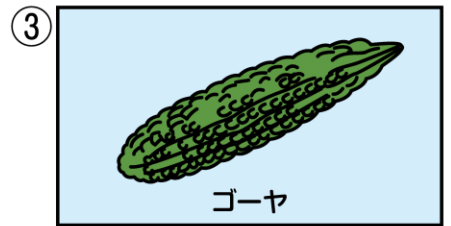
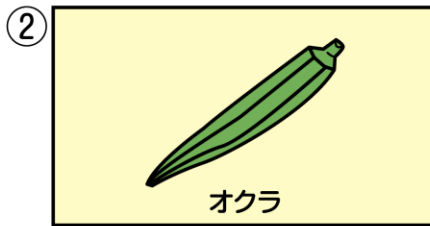
Q1 ねん いち ど たなばた よる あま がわ あ ひこぼし
年に一度、七夕の夜に天の川をわたって会うのは、彦星とだれでしょう？



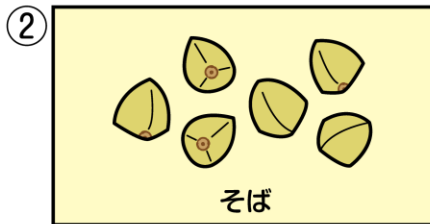
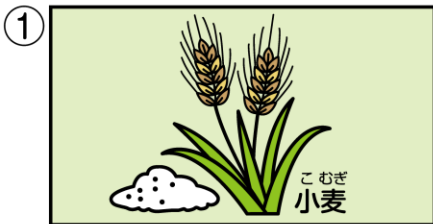
Q2 ささ は ねが か かみ おな き かた
笹の葉につるす願いごとを書く紙と、同じ切り方はどれでしょう？



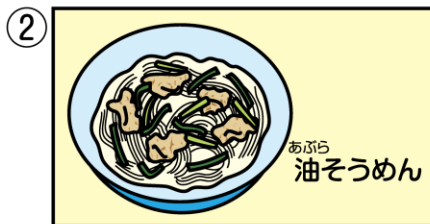
Q3 たなばた りょうり つか き くち ほしがた や さい
七夕の料理によく使われる、切り口が星形になる野菜はどれでしょう？



Q4 あま がわ いと み た た なに
天の川や糸に見立てて食べられるそうめんは、何からできているでしょう？



Q5 そうめんを使った、愛媛県の郷土料理はどれでしょう？



こたえ

Q1=② **Q2=③** **Q3=②** **Q4=①**(小麦粉と水、塩などで作る) **Q5=③**(愛媛県など瀬戸内海沿岸地域で、お祝いの時に食べられている。①は香川県や石川県、三重県など、②は鹿児島県の郷土料理)