

12月給食だより

手洗いは感染症予防の基本です!

気温が低くなり、冷たい水で手を洗うのがつらい季節ですね。しかし、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、食事の前やトイレの後にはきちんと手を洗いましょう。



手洗いのポイント

せっけんをつけ、こするように洗います。

汚れの残りやすい部分は念入りに。

流水でしっかりと洗い流し、清潔なタオルなどで水分を拭き取りましょう。

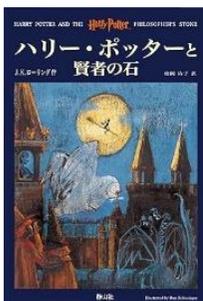


水分が残っていると手荒れの原因になります。

手荒れがあると、手洗いがおろそかになったり、細菌やウイルスが付着しやすくなったりします。乾燥が気になるときは、保湿剤をこまめに塗りましょう。



外から帰ったときには、うがいも忘れずに。ブクブクうがいの後に、ガラガラうがいをすると効果的です。



10月の『図書コラボ給食』

10月は、ハロウィン献立かつ図書コラボ給食ということで「パンプキンパイ」を作りました。紹介した本はJKローリングさんの『ハリー・ポッターと賢者の石』です。

ある日ハリー・ポッターのもとに、魔法学校から入学許可書が届きます。入学の準備をして学校に向かう列車の中で、ロンという子と友達になります。お腹がすいた2人は「パンプキンパイ」を一緒に食べます。

日本では1999年にこの『ハリー・ポッターと賢者の石』が出版されました。出版から20年以上経った現在も、舞台化やミュージックメントパークとコラボするなど大人気の作品です。長編大作ですので、1冊読み終わるまでに時間はかかりますが、登場人物の成長する姿や、緻密(ちみつ)な伏線回収など読みごたえがあり、読み始めると止まらない作品です。映画で見たことがある人も、この冬休みの時間のある時に、本で読んでみてはいかがでしょうか?新しい発見があるかもしれません!給食で食べた「パンプキンパイ」も思い出してもらえたらうれしいです(*艸`)



- <当日の献立>
- ・ベーコンときのこのピラフ
 - ・ABCスープ
 - ・パンプキンパイ



11月の『図書コラボ給食』

11月はちょっと趣向を変えて物語ではなく、小松睦子さんの「知ってるようで知らない ものの数えかた」という本を紹介していただきました。普段何気なく使っている「ものの数えかた」にも実はもっとたくさんの数の単位や種類があり、使い分けがあることに気付かされる作品です。

当日の給食には「さけ」が出ていました。じつは魚では「さけ」を数える時にだけ「尺(しゃく)」という単位を使い「さけ」1つを「一尺(いっせき)」と数えるそうです!他にも蝶々(ちょうちょう)は、一頭と数えるそうで、こう数えることが一種のステータスなんだとか。また、うさぎはなぜ「一羽」と数えるのかなど、なぜそのような数えかたになったのか、解説を読んでも楽しい本です。

この本を読むと、自分の数えかたは正しかったのかを振り返る機会になります。また、いろんなものの数えかたがどんどん気になって、数えてみたくなる魅力ある1冊です。クイズ番組で出題されそうなめずらしい数えかたもたくさん載っていて勉強になります。ぜひ、お家の人と一緒にこの本を読んで「ものの数えかた」を楽しんでみてくださいね。



- <当日の献立>
- ・ごはん
 - ・さけの照り焼き
 - ・じゃがいもと昆布のきんぴら
 - ・めった汁

ふゆやさいさんじょう 冬野菜レンジャー参上



ふゆやさい 冬野菜は、めんえきりょく たか 効果を高めます。

<12月の図書コラボ給食>

「5分後に美味しいイラスト」より『ヨーグルトポムポム』を作ります。お楽しみに!



小金井桜 名勝指定100周年 記念献立



江戸時代、農業指導者 川崎平右衛門の手で玉川上水沿いに山桜が植えられ、小金井の人々に大切にされてきました。その小金井桜が、100年前の12月9日、国の文化財として指定されました。次の100年まで続くように願いを込めて、記念給食を作ります。



- 12月9日(月) 献立
- 牛乳・ごはん・桜餅見立て団子
 - ・白菜の辛子和え・豚汁

令和6年12月9日に名勝小金井桜は文化財指定を受けて100周年を迎えます。これを記念して、小金井桜の歴史を学び、次の100年につないでいくための機会として小金井桜を「知る つなげる 笑顔広がる」ことをテーマに小金井市内で記念事業が行われてきました。学校給食でもこの取り組みに「食育」として何か関われないか。子どもたちに小金井市の桜の歴史を知ってほしい。そんな思いから、今年の春、桜の写真を撮るところから始めました。夏休み中には、市内の栄養士が集まり桜をモチーフとした献立の開発に取り組みました。また、並行して桜の歴史について生徒に向けた動画作成も行いました。この動画が小金井市の桜について知るきっかけとなり、また記念給食を食べて笑顔になり、小金井桜を未来につなげていってほしいと願っています。