



しょくいく

食育つうしん



カラー版

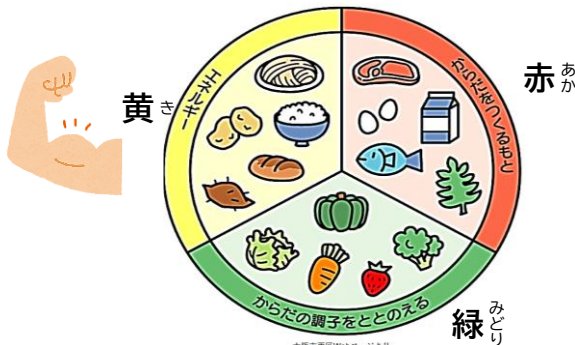
★毎月19日は食育の日です。

亀井小の給食のめあて 「ありがとう」の気持ちで食べよう～給食を地球のごみにしない～

2～6年生 朝ごはんを作ってみよう！

げんきっずカード週間が終わっても、朝ごはんを毎日食べていますか？朝ごはんは、みんなが勉強や運動をするためのエネルギー源です。しっかり食べると、がんばる力がわきます。

何を食べるかも大切です。栄養の赤・黄・緑がある朝ごはんにすると、体の中がうまく働き、より元気な体作りができるでしょう。



夏休みチャレンジで204人が朝食作りに挑戦しました。家族に作った人もいます。栄養を考えて食事を用意できるようになり、どんな時代が来ても、たくましく生きていける人になってほしいと思います。

自分で作ったごはんもおいしかったです。これからは、土日に朝時間があったら「私が作りたい」と思いました。(4年)

手軽に作れて、でもおいしいのを作りたくて、ラップサンドにしました。弟もおいしいと言ってくれてうれしかったので、また作ります。(6年)



▲みんなが作った朝ごはんの掲示が、職員室前にあります。6年生と先生たちが、投票中！

こんげつ しょくいく
今月の食育

3年 社会

「八尾市の農業」

5年 社会

「これからの食料生産」

ほか

1-2

えいようきょうゆうじっしゅうせい
栄養教諭実習生

▲1-2に給食の先生をめざす実習生が来られました。

八尾市の夏休み親子料理教室が5年ぶりに開催されました。今年は全小学校の4～6年生が応募でき、亀井小学校の人たちは龍華コミュニティセンターで、竹瀬小学校をはじめ近くの6校の人たちと一緒に参加しました。みんなで給食の人気メニューを作って食べ、交流しました。

子どもたちから

- ・同じ机の子と仲良くなれたし、自分たちで作ったらおいしいなあって思いました。みんな優しくて楽しかったです。またあったら参加しようと思います。みかんゼリーは作り方も簡単でおいしかったので、家でも作りたいです。
- ・当選できて本当によかったです。最近料理にハマっていて、アイデアが今日のおかげでたくさん思いつきました。



保護者の方から

- ・学校の給食先生やお友達やその保護者との交流も貴重な時間となりました。5年ぶりの開催とのことですが、この機会をもっともっと増えれば嬉しいです。ありがとうございました。
- ・家では時間がなく、親がささっと作ってしまいがちですが、ゆっくり時間をとって一緒に作るのも楽しいと感じ、子供の成長にもつながるのでとてもいいなと思いました。



当日の様子 (八尾市HP) ▶



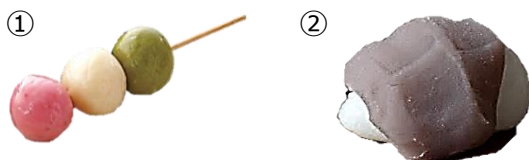
つき み
お月見クイズ

(右の答えをかくしてやってみよう)

1. お月見(十五夜)はいつ?

- ①8月15日 ②9月15日 ③毎年ちがう

2. 関西の月見だんごはどちら?



答え

1. ③ 毎年ちがう

今年は9月17日です。

2. ② 昔から十五夜は秋の収穫に感謝し里芋などを供えたので、関西の月見だんごは里芋の形に似ているそうです。



さといも



9月17日の給食は「お月見献立」です。