



ほっこい通信

大崎市田尻学校給食センター
マザーズキッチンたじい
令和5年7月号



7月の学校訪問のようす



7月の指導内容は「夏休みの食生活について」と「夏の食材について」でした。

★ゆめのさと幼稚園・大貫幼稚園・田尻幼稚園では、「ジュースのさとうについて」と「夏野菜を食べよう」というおはなしをしました。ジュースに含まれるさとうの量をみてもらったり、夏野菜を実物で紹介しました。

さとうは、いちにちに
20グラムまでだよ！

炭酸飲料や清涼飲料水には、1本（500
ミリリットル）あたり、さとうが55グラ
ムくらいはっています。飲みすぎにきを
つけましょう！

のどがかわいたら、水・お茶がおすすめです！



★小学校・中学校の訪問では、動画による指導を行いました。「夏休みの食生活」について、夏休みに気を付けてほしいことをおはなししました。夏休み中も「はやね・はやおき・朝ごはん」をこころがけ、生活リズムをくずさないでほしいこと、冷たいものとりすぎに気を付けてほしいことなどを伝えました。楽しい夏休みにしてくださいね。



○「なつやすみはすき」・・・夏休みの食生活のポイント○

な・・・なんでも食べようバランスよく
や・・・野菜を食べよう（特に夏野菜）
み・・・みながら食べはやめよう
す・・・スポーツ（運動）をしよう

つ・・・つめたいものとりすぎに気をつけよう
す・・・水分補給はこまめに
は・・・はやね、はやおきをしよう
き・・・規則正しい生活をしよう

食育授業

7月6日(木)に、大貫小学校6年生で「バランスのよい食事について考えよう」の授業を行いました。当日は、授業参観日で保護者の方々にもみていただきました。3グループに分かれて1食分の献立をたててもらいました。この献立は、10月以降の給食センターのメニューに登場する予定です。お楽しみに！

7月12日(水)には、田尻小学校の3・4年生で授業を行いました。3年生が「おやつについて考えよう」、4年生が「ジュースのさとうについて考えよう」という内容でした。子どもたちはいろいろなことに気づいてくれました。4年生では、ジュースのさとうについての掲示資料を作成して、校内に掲示し、他学年にもお知らせしてくれました。



○大貫小学校6年生の授業○



○田尻小学校3年生の授業○



○田尻小学校4年生の授業○



○田尻小学校4年生が作成した資料○



大崎市地場産給食の日

★ 7月12日(水)は、「大崎市地場産給食の日」でした。当日のメニューを紹介します。



- 麦ご飯
- 牛乳
- 田尻産トマトのサラダ
- ふるさと夏野菜カレー
- フローズンヨーグルト



★当日の「ふるさと夏野菜カレー」には、夏野菜である、なす・かぼちゃ・ズッキーニ・パプリカなどがはっていました！