



# スマイル



「子どもたちの健やかな成長を願って」



南相馬市教育委員会 TEL0244-24-5283

## 「いただきます・ごちそうさま」

「いただきます」は『食べます』という意味だけではなく、『様々な動植物の命をいただく』他、食材を作ったり、届けてくれたりした人、料理をつくってくれた人に『感謝の気持ちを込めて言う言葉』でもあります。

今年もオクラやナス、キュウリやミニトマト等多くの野菜を作り、収穫し、何でも食べて元気な心と体が育つよう取り組んできました。芋掘り後は、茶巾絞りのクッキングを楽しみ、お土産のお芋で「大学芋作った」「天ぷらおいしかった～」と、うれしそうな笑顔の子供達。自分達で苗を植えて、収穫したお芋の味は格別だったようです。

食材に関わるたくさんの人々の働きに、感謝の気持ちを忘れず、今日も手を合わせて「ごちそうさまでした」。



南相馬市立 鹿島幼稚園

園長 山田ますみ

令和3年度「食に関する指導」を実施しています。

(幼稚園～中学校3年生で実施)



### 1年生「3つの色の食べ物とはたらき」



#### 子どもたちの気づき

- ・給食を残さないようにする。
- ・野菜を食べてかぜをひかないようにする。

この食べ物はどのはたらきのグループかな？

### 2年生「好ききらいなく食べよう」



#### 子どもたちの気づき

- ・いろいろ食べないと健康な体が作られないことがわかった。
- ・苦手な食べ物は好きな食べ物といっしょに食べると良いと思う。

野菜クイズで大盛り上がり！  
なんの野菜かな？

### 3年生「おやつ博士になろう」



#### 子どもたちの気づき

- ・おやつを食べ方(時間・量・種類)に気をつける。
- ・何色のはたらきに分けられるおやつか考えてみる。

### 3・4年生「バランスのよい食事の大切さ」



#### 子どもたちの気づき

- ・病気にならないように野菜も肉もごはんも残さない。
- ・いつまでも健康でいられるように、好き嫌いしないでなんでも食べられるようにしたい。



**祝** 令和3年度 ふくしまっ子ごはんコンテスト受賞者をご紹介します。



小学校上学年の部 優秀賞

南相馬市立小高小学校

5年 西つかさ さん

「自家製野菜の満点朝ごはん」

- ・わかめと枝豆の玄米ごはん
- ・卵焼き
- ・あおさのみそ汁
- ・牛乳
- ・なすとピーマンのみそ炒め
- ・しらすと小松菜のあえもの ミトマ添え



～西さんよりひとこと～

自宅の畑でとれた野菜、浪江でとれたシラス、相馬でとれた青のりを使って「地産地消」を心がけ、メニューを考えました。朝ごはんコンテストで練習を重ね、料理の楽しさを感じることができました。



小学校下学年の部 アイディア賞

南相馬市立鹿島小学校

3年 菅野瑛奈 さん

「朝のオリンピックごはん」

- ・びっくりまめごはん
- ・もずくスープ
- ・モロコ豆と卵のマヨいため
- ・しらすとオクラのさわやかサラダ
- ・ふくしまもののヨーグルトゼリー



～菅野さんよりひとこと～

わたしが、なぜ、「朝のオリンピックごはん」を考えて作ったかという、オリンピック選手のように心も体も強くなりたいと思ったからです。皿のならべ方も工夫しました。アイデア賞をとれて、とてもうれしいです。



**祝** 文部科学大臣表彰 学校給食功劳者

南相馬市教育委員会 長年の学校給食における素晴らしい功績をたたえて、文部科学省より  
鈴木美智代 主任栄養士 表彰を受けました。



鈴木さんの主な業務内容

市内全ての公立幼稚園、小・中学校へ安全安心な給食を提供し、子どもたちに笑顔で給食を食べてもらえるのが一番の仕事です。

そのほかに食育指導、地場産物の活用、給食費の管理等を行っています。



左から大和田教育長、鈴木主任栄養士、鈴木学校教育課長

給食で使用している食材の生産地（11/15～11/19使用食材）					
食材名	生産地	食材名	生産地	食材名	生産地
ごぼう	青森	里いも	南相馬	なめこ	いわき
えのきたけ	新潟	紫白菜	南相馬	豚肉	宮城
ほうれん草	南相馬、宮城	ブロッコリー	南相馬	鶏肉	伊達、岩手