

# 食育だより

令和8年1月23日  
大崎上島町立東野小学校

全国学校給食週間号

3・4年生

## きゅう にゅう で まえ こう さ 牛乳出前講座



1月19日に3・4年生は、給食の牛乳を作ってくださっている山陽乳業の方をお招きし、「牛乳の秘密を知ろう」講座を受けました。牛乳が学校に届くまで衛生管理に気を付けて、いくつもの作業があることを知りました。山陽乳業に届く牛乳は県北の酪農家から届いていることや1日に12万本の牛乳が生産され、毎日500校もの学校に牛乳を届けていることなど、びっくりするような事柄を知らせていただきました。牛乳にはカルシウムが多く含まれ、骨や歯を丈夫にするほかにイライラをしめたり、筋肉の収縮をスムーズにするなどの働きがあることも教わりました。最後に、乳牛のエサを触ったり匂いをかいだりするなど貴重な体験をしました。



ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん がつ か にち ほんこう しょくいく とりくみ しょうかい  
全国学校給食週間（1月24日～30日）にちなんで、本校の食育の取組を紹介します。

## しょくいくちょうかい 食育朝会

がつ にち しょくいくちょうかい ほけんたいいくいいん かんが しゅん ぜんこうじどう  
1月21日の食育朝会で保健体育委員さんが考えた旬のシルエットクイズを全校児童  
だ もんだい いちぶ しょくかい と に出しました。問題の一部を紹介します。解いてみてください。

第1問

この食べ物は何でしょう？

- 1 ムール貝
- 2 かき
- 3 キャベツ



ヒント 旬は冬です

第4問 この食べ物は何でしょう？

- ①きゅうり
- ②とうもろこし
- ③ながいも

ヒントはつぶつぶや  
ひげがあります



第5問 このさかなはなんでしょう？

ヒント このさかなのしゅんはあきです！



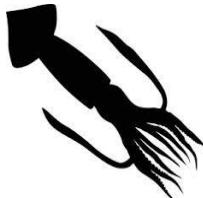
- ①あじ
- ②さんま
- ③さば

第7問



これは何でしょう

第9問 旬は春です。



- ①ホタルイカ
- ②ケンサキイカ
- ③ヤリイカ



【こたえ】第1問② 第4問② 第5問② 第7問きゅうり 第9問①

## けんこうかるた



まえ ろうか  
ランチルーム前の廊下に、けんこうかるたチャ  
レンジコーナーを設置しました。ねらいは、楽し  
みながら健康や食育への興味・関心を高め、健康  
な体づくりにつなげることです。早速、反対立ちや  
せんせい ちょうせん  
先生と挑戦しています。



## 正しい姿勢で食べよう

しょくじ まも たの きゅうしょく た  
食事マナーを守って楽しく給食を食べるため  
ほけんたいいくいいん しせい  
に、保健体育委員さんが姿勢チェックをしていま  
あし さら しせい き ひと  
す。足ピタや皿モツなど姿勢が気になる人にやさ  
こえ しき  
しく声をかけています。



さすが、保健  
体育委員さん  
の姿勢はバッ  
チリ！