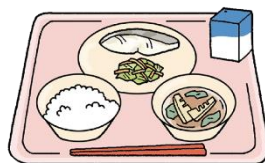




食育だより



令和8年度(2026年度) No.7 豊中市立上野小学校 栄養教諭

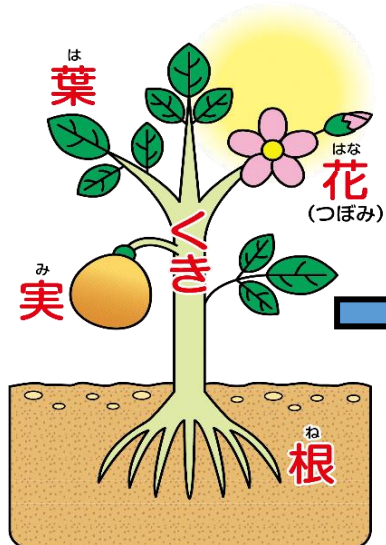
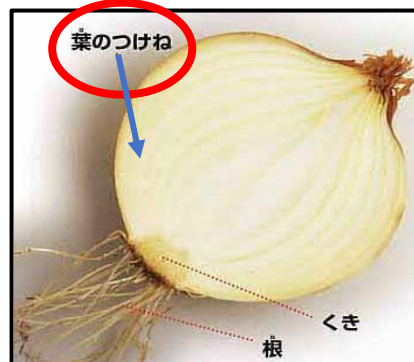
3年生 草木染め(図工×理科×食育)

“草木染め”という言葉聞いたことはありますか？“草木染め”とは、天然の物を煮出した液に布や糸等を浸すことで色を染めること、また染めた物のことをいいます。天然の染料として代表的な物としては藍などがありますが、身近な物では“たまねぎ”や“よもぎ”などでも染められます。天然染料ならではの、微妙な色の違いも楽しめます。3年生図工の授業では、綿100%のバンダナをたまねぎで染色しました。今回は※ミョウバンを使用しました。

※ミョウバンは、なすの漬物などにも使用されます。スーパーで売っています。

“染色と理科と食育”がどう関係するのか？と思われるかもしれません。染色には、給食で使用する豊中市で作られたたまねぎを使用しました。3年生の理科で『植物の体とつくり』を学習したところなので、染めている間の時間を利用し、野菜の食べている部分(根・茎・葉・花・実)のクイズをしました。

ちなみに、たまねぎの食べている部分は“葉”です！



食べているのはどこ？クイズ

①【葉】を食べる



薄茶色だったバンダナが、ミョウバン液に入れると一瞬で綺麗な黄色に変化した様子を見て、驚く様子も見られました。いろいろな模様が出ましたが、みんな楽しそうに作品を手にとっていました。

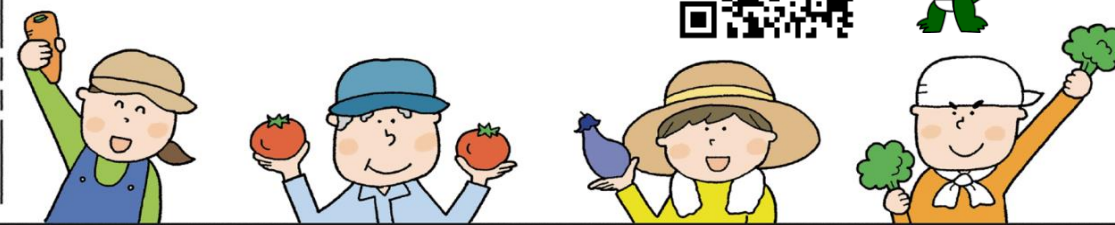
7月13日(月) 豊中野菜入りコロッケ

普段出ないドーナツ型コロッケが給食で出ました！

放送委員からも
しっかりと内容を
放送してもらいました！



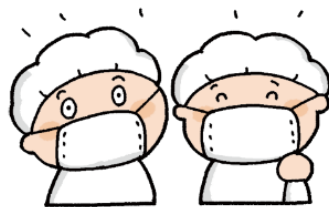
『豊中野菜入りコロッケ』は、豊中市でとれた“じゃがいも”と“たまねぎ”を使い、豊中市の食品工場で作られました。地域で生産された食材をその地域で消費することを“地産地消”といいます。遠くから運ばなくてよいので、環境への負担も減らせます。約5分くらいの動画です。良ければごらんください。



裏面に続きます

みなさん、できていますか？

給食委員会



先日、第2回給食委員会がありました。1学期の反省やもっと素敵な上野小学校にするため給食委員会として何ができるか？話あいました。

パンについて

- ・パン袋の中にトングが入ったままになっている。
- ・パンの袋が破れている。
- ・パンの袋は結ばないでほしい。・・・配膳室で1つにまとめるため。



牛乳パックについて

- ・牛乳パックのゴミ袋は、きちんと結んでほしい。
- ・空気が入っていると困る。・・・大きな袋にまとめて入れる時ふくらんで入れにくい。
- ・袋の中で牛乳がこぼれている。・・・最後まで飲んでからビニール袋に入れてね！
- ・牛乳パックをきちんと潰していない。・・・少しでもパックごみの袋が小さくなるように！
- ・牛乳クレート(飲み残しを入れる青色ケース)の中でパックが開いたままでこぼれる。

その他について

- ・牛乳パックの袋やゴミの袋を投げて渡す。・・・投げられると悲しいです(泣)
- ・右側通行守らない。給食委員の声かけを無視する。走る。・・・ぶつかりそうで、危険!!
- ・食器やカトラリーをぶらぶらと片手で持つ。・・・歩いている人や配膳室でぶつかる。
- ・食器の汁が垂れて廊下を汚している。・・・床が汚れて掃除が大変!!

などなど、いろいろな意見がたくさん出ました!2学期には、給食委員会から全校児童に周知できるように取り組んでいけたらいいな、と思っています。上の意見を読んで、給食委員が困っていることを知らなかった人は、ぜひ2学期から気をつけてもらえると嬉しいです😊



4年生の素敵な取り組みを

紹介します☆

4年生が牛乳パックを小さくたたむ方法を他学年に教える取り組みをしています!給食時間に教室まで出向き、パックの折り方を教えています。スタンプラリーなども取り入れつつ、楽しく取り組めるように考えられています!

2年生でも綺麗にたためるようになっていきます!また、たたむために最後まで牛乳を飲む児童も増えているようで、一石二鳥☆素敵な取り組みです!給食委員会でも取り組めるといいな、と思います。



もうすぐ夏休み!

食の体験を広げよう!

夏休みを利用して、さまざまなことを体験してみませんか?

野菜の栽培・観察をする、家族の食事をつくるなど、これまでに学んだことを生かして、やってみたいこと、調べたいことを見つけて挑戦してみてください!長い夏休みを有意義に過ごせますように😊

