

# おいしい給食

2025年  
6月



## ダンボールコンポストの取り組み

### ダンボールコンポストのよいところ

- 扱いやすい大きさ
- においが少ない
- 水分調整がカンタン
- 生ごみをいつでも処理できる
- 初心者でも失敗が少ない
- 底がなくても取り組める

生ごみを資源として  
循環させましょう



小学校での取り組み  
(貳分方小学校)



★貳分方小学校では、お家ででた生ごみを利用して、4年生がたい肥を作る取り組みをしています。出来たたい肥で野菜を作り、その野菜で給食を作る、資源循環の環境がくしゅう学習です。おいしい野菜がたくさんとれるといいですね！

はちおうじりつ  
八王子市立

にぶ かつ  
貳分方

しょうがっこう  
小学校

## ～1年生のそら豆～

★5月26に1年生がそら豆のさやむき体験をしてくれました。大きいそら豆を小さな手で丁寧に作業しました。色や大きさ、つぶの数など、よく観察してワークシートにスケッチです。とても楽しい体験だったので、給食の茹でそら豆は完食でした！



## 100年フードを食べて知ろう！



100年フードとは、地域の食文化を、未来に向けて100年続けていくことを目指した、文化庁の取組です。現在、全国で300件の食文化が認められており、「桑都・八王子のふるさと料理」は令和6年3月に認定されました！

未来の100年フード部門～目指せ100年～ 6月9日にいただきます。

## ゆのすの恵み料理



こう ち けん  
高知県



か み し  
香美市

高知県は四国地方の南部に位置しています。温暖多湿な気候、複雑な地形、台風の上陸が多いことが特徴です。ゆずの栽培が盛んで、生産量は全国1位を誇ります。

高知県香美市では、多くの料理に柚子が使われています。例えば、昔から高知県で食べられている田舎寿司のすし飯、鍋の出汁、デザートなど使い道はさまざまです。ゆずを皮ごと絞ったものを「ゆのす」と呼び、大切に使っています。9日の給食では、「ゆのす香るねぎ塩チキン」をいただきます。



お だ わ ら し めいさん  
小田原市の名産  
しも な か  
下中たまねぎ  
をいただきます！

しもなか  
下中たまねぎは、姉妹都市である小田原市の名産です。こだわりの有機肥料と海の風、暖かい気温により、やわらかくあまいたまねぎが育ちます。昨年に引き続き、今年度も給食で下中たまねぎを味わいます。



# 給食を食べて、みんなで応援しよう



世界を変えるために生まれてきた

ボクシング佐々木尽 選手の挑戦

2025年6月19日(木)開催

WBO 世界ウェルター級タイトルマッチ

会場：大田区総合体育館



世界ウェルター級タイトルマッチへの挑戦が決定した佐々木選手は、八王子市立別所小・中学校出身のプロボクサーです。佐々木選手が好きだったマーボー豆腐を食べて、みんなで応援しよう！



## 6月は食育月間 ～ 家庭でできる！食育 ～

子どもとふれあいながら  
食事のマナーをみなおそう！



『はし』を上手に使用すると、魚の骨をきれいに取り除けたり、豆などの小さいものをつまめたりなどの細かい動きもできるようになります。ご家族で「はしの持ち方、使い方」をチェックしてみませんか。

11 和食文化を伝えよう



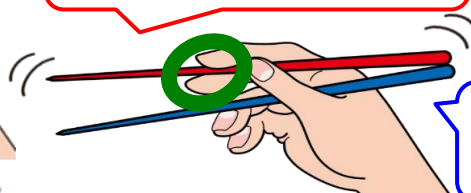
### \*正しいはしの持ち方\*

#### 【①のはし】

えんぴつを持つように親指、人差し指、中指で持ちます。



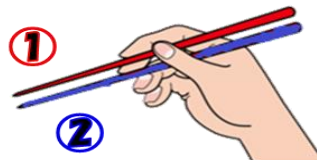
①のはしを人差し指と中指ではさみ、上下に動かします。



下のはしは動かさない

#### 【②のはし】

①のはしの下に入れ、薬指でささえます。



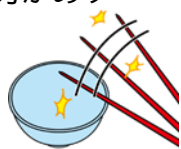
とりのくちばしのようにあけたりとじたりできているかな？



### \*使い方のマナーに気を付けよう\*

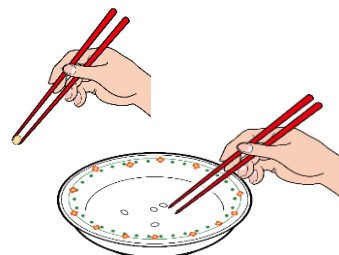
16日～20日は、おはし名人になろう！ウィーク

「さしばし」や「たたきばし」など、やってはいけないはしの使い方があります。周りの人も気持ちよく食事ができるように気を付けましょう。



給食時間中にチャレンジ！

- 16日…米を集める
- 17日…魚を切りさく
- 18日…麺をはさむ
- 19日…大豆をつまむ
- 20日…魚のほねをとる



### \*食と健康コラム\*

6/4～10は、「歯と口の健康週間」です。噛むことは、私たちの体にさまざまな良い効果をもたらします。給食では、多様な食材を取り入れ、料理の組合せや調理法によって切り方を変えるなど、噛む回数が増えるような工夫をしています。

小学生は噛む力が育つ大切な時期です。噛む習慣を身につけ、健康で楽しい生活を送りましょう。



テーマ：よく噛む習慣を身につけよう

### ▶よく噛むといいことがいっぱい！

あたま  
頭とおなかの  
スイッチオン



むし歯予防



ことば  
言葉がはっきり



びょうき  
病気に負けない体



ぜんかい  
パワー全開



いろいろな  
あじ 味の味を楽しめる



いつもの料理に、「噛み応えのある食材をプラスする」、「具材を大きく切る」などのちょっとした工夫で、噛む回数を増やすことができます。また、お子さまへの声かけやテレビを消すなど、食事に集中できる環境を作ることでも大切です！