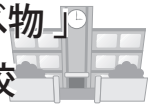




# 学校だより

## 私たちの「食べ物」 村上小学校



### 「私たちの給食」

五年東組 池内聖琳

坂城町には給食センターが一所しかありません。その給食センターで、坂城町の四つの学校の給食を全て作ってくれています。

私たちのクラスでは、人気のメニューが三つあります。

一つ目は、あげ物です。特にからあげが大人気で、お休みの人がいると、その分のおかわりがさうだつた戦になります。

二つ目はカレーです。カレーは、季節ごとに具材が変わり、とても具だくさんでおいしいです。

三つ目は、きつねうどん汁とソフトめん組み合わせです。汁は味がしっかりしていて、もっちりとしているソフトめんとよく合います。みんな汁を残さずきれいに全部食べます。

給食センターでは、地域の食材を使って、こんだてを考えてくださっているのでもうれいんです。これからも給食センターの方々に感謝をしながら、毎日の給食をおいしく食べたいです。

### 「楽しかったお米づくり」

五年東組 倉科有李  
神田優樹



私たちは、五年生の一年間、地域にお住まいの辺見さんや学校の庁務の先生と一緒に、お米づくりをしました。

お米は機械を使わずに、すべて手作業で行いました。私は、機械で田植えや稲刈りをしてるところを見たことはあったけど、手作業でやるのは初めて

だったので、とても楽しかったです。

まずはじめに、田植えをしました。はだして田んぼに入って、手で苗を植えました。ひもに沿ってひとつひとついねいに植えていきました。足と手がどろまみれになったけど、美味しいお米のためにがんばりました。

数ヶ月後に稲刈りをしました。思っていたより、かまで稲を刈るのが難しかったです。辺見さんが「苗を手で持って、やる」といよいよと教えてくださり、そのようにやってみると、とてもスムーズに刈ることができました。

その後には、はぜかけをしました。庁務の鈴木先生がはぜかけ用の棒を立ててくださいました。稲を運んで棒にかけるのが難しかったです。

その約二週間後にだっこをしました。だっこは、庁務の今井先生が機械を持ってきてくださいました。だっこは、だっこのやり方も教えてくださいました。はぜかけをしたお米を一束ずつだっこしました。服にわらがたくさんついたりしたけど、きれいにだっこできてよかったです。量ってみたら、全部でおよそ七十kgのもち米がしゅうかくできました。

収穫祭では、お世話になった辺見さん、鈴木先生、今井先生をしょうたいしして、おもちや、とん汁と一緒に食べながら、感謝の気持ち伝えました。

辺見さんたちがとても喜んでくださってよかったです。

手作業で作ったお米は、いつも食べているお米より、ずっと美味しい気がしました。また、お米を作る大変さや、達成感が味わえて、とてもよかったです。

### 学習の様子

田植え



稲刈り



脱穀



お餅つき



## 大切にしたい朝ごはんの習慣



食育

学校給食センター  
82-2559

# 食育だより

朝は何かと忙しいですが、1日の始まりに朝ごはんをきちんと食べるような習慣を身につけたいですね。朝ごはんをおいしく食べるためには、起きてから30分は必要です。早寝早起きを心がけて朝ごはんをしっかり食べる時間をつくりたいですね。

朝ごはんは体温を上げて頭や体の働きを活性化してくれるので、頭がさえて学習に集中できたり、けがを防いだりしてくれそうです。また、腸の働きが高まるので、排便を促してくれます。

