

食育だよい

平成25年度 No.1 日光市立大沢小学校

「食育」とは？

- 生きる上での基本であって、知育、徳育、及び体育の基礎となるべきもの
- 様々な体験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること

子どもたちも、新たな環境に慣れてきて、毎日元気に過ごしています。遠足や修学旅行も終わり、疲れがたまっている時期でもあります。これから梅雨の時期に入り、じめじめして体調もくずしやすくなります。有意義な学校生活を送るためにも、体調管理を心がけ、元気に毎日を過ごしましょう。

◆ 給食委員会・保健委員会 合同による活動 ◆

手洗い実験 『きれいに洗ったつもりでも・・・』

これから迎える梅雨に向けて、食中毒を予防するために、給食委員会と保健委員会が合同で「手洗い実験」を行いました。



寒天培地による実験

前日に行った、「洗わない手」「水洗いだけした手」「中途半端に洗った手」「きちんと洗った手」「きちんと洗った手にアルコール消毒をした手」を手形の寒天培地に押し付け培養したのを見てもらいました。実験前はどの手もきれいに見えていましたが、手についている菌の多さや、洗い方で菌の数が違うことに子どもたちは驚いていました。



洗い残し実験

手にクリームをぬって、自分の手のどこに洗い残しがあるのかを目で見て確認してもらいました。クリームを洗い流した後、ブラックライトをあてると、洗い残し部分が光ってみえます。特に、指の間、手首、手の甲などに洗い残しが多かったようでした。子どもたちは、洗い残しがなくなるまで、夢中になって何回も手を洗っていました。



- ◆ 今回、ふだん手がどれだけ汚れているか、また、手をきれいに洗うためには、どこに注意して洗わなければならないかを知ることができました。今後、給食など食事の前には、意識して洗うことを心がけてもらいたいと思います。御家庭でも、御指導よろしく願いいたします。

◆ 学校給食の地場産物活用について ◆

今年度も日光市では、毎月18日（地産地消の日）を中心に、市内産の旬の食材を献立に取り入れます。この他に大沢小学校では、大沢小学区の野菜も時期に合わせて給食に使用しています。今まで「ねぎ」「ほうれん草」「さといも」を納入してくださっている「土沢の篠崎様」、新たに3月から「にら」を納入してくださることになりました「木和田島の福田様」の御協力を得て、地元でとれた美味しい野菜を子どもたちに提供します。どちらの食材も、使用前に放射性物質検査を行い、安全性を確認してから使用しています。詳しい結果等は市ホームページを御覧ください。



早寝 早起き 朝ご飯 すっきりスタート 学力アップ