



Nodai Toka

# 給食だより

東京農業大学稲花小学校

発行日 2026年6月19日

発行人 校長 杉原 たまえ

栄養教諭 梅本 葉月

5月下旬に夏日を記録したかと思えば、台風がやってきたり、関東は梅雨入りしたりと、寒暖差の激しい日々が続いています。体調を崩さないようにするためには、自律神経を整えるバランスの良い食事が欠かせません。学童期は体の成長が著しい大切な時期でもあります。好き嫌いせず、必要な栄養素を食事からしっかり摂りましょう。

## ■ 6月19日は食育の日 ～食育基本法が改正・大人の食育も～

2005年に食育基本法が制定され20年、食や農をとりまく環境が大きく変わり、2024年には食料・農業・農村基本法が改正され、食料安全保障の確保を図るため、消費者の役割が拡充されました。また、食卓と農の現場の距離が広がり、「大人」世代における栄養バランスの偏り、食習慣の乱れが生じている現状を鑑み、先月27日に食育基本法が改正されました。

改正のポイントとして、学校における食育の強化に加え、大人の食育推進が盛り込まれています。

農大稲花小学校の子どもたちは、豊かな人間性と生きる力を育むことを目標に、様々な「食と農」に関する学習に取り組んでいます。それらの活動の様子を、学校だよりや学年だより、給食だよりでご家庭に伝えるとともに、子どもたちが学んだことを自らの言葉で伝えることで、「大人への食育」として波及することを期待しています。

## ■ 3年生が空豆のさやむきと枝豆もぎをしました。

3年生は稲花タイムで、5月12日に空豆のさやむき、5月26日に枝豆もぎを体験しました。

低学年で読破したい「稲花の50冊」の一つである「そらまめくんのベッド」には、様々な豆が登場します。そらまめくんが大切にしているふかふかのベッドが行方不明になってしまう場面で、枝豆やグリーンピースなど他の豆のベッドも登場します。このシーンを想起してから、空豆のさやむきに取り組みました。さをねじって、ふかふかのベッドと豆が顔を出すと、歓声があがりました。

3年生は、畑に大豆をまいて、枝豆を育てています。畑の枝豆は、まだ花が咲いていませんが、一足先に、プロが育てた枝付きのさを観察しながら、枝豆をもいで、数を数えました。プロが育てた空豆や枝豆でも、実が小さかったり、さに何も入っていなかったりする個体もあります。どうしてこのような個体差が生まれるのか、想像力をはたらかせながら検

品しました。

給食で提供するため、数を数える作業は責任重大です。全校児童に一人につき何粒配ることが出来るか、目安を示すために、正確に数える必要があります。5月12日の空豆の時は、児童が数えた数より、実際には約180粒ほど少なかったため、5月26日の枝豆もぎの際に、そのことを伝えました。今度は、どうすれば正確に数を数えられるか、グループで相談しながら慎重に取り組むことができました。

給食の時間、3年生の教室をのぞくと、空豆や枝豆を満面の笑みで味わっている様子が見られました。もいだけりの枝豆は、冷凍の枝豆よりも柔らかくておいしいという感想がたくさん聞かれました。4年生以上の児童も、かつて自分たちが取り組んだ時のことを思い出して楽しそうに食べていました。

きょう えだまめ ねんせい えだ  
**今日の枝豆は3年生が枝からもぎました！**

① ハヤシライス

② グリーンサラダ新にんじん  
しん  
ドレッシング

③ ゆで枝豆  
えだまめ  
1・2年：3～5さや  
3・4年：4～6さや  
5年以上：5～7さや

④ 白玉ポンチ  
しらたま

⑤ 乳酸菌飲料（ジョア）  
にゅうさんきんいんりょう



しゃしん ねんせい りょう  
写真は1・2年生の量です。  
2026年5月26日（火）

ねんせい えだまめ えだ  
3年生が枝豆の枝からさやをもちで、  
み はい まめ むし た まめ  
実が入っていない豆や虫に食べられた豆  
と わ けんびん かず かぞ  
を取り分け（検品）、数を数えました。  
ぜんぶ こ  
全部で 2923 個ありました。



み ちい  
実が小さいね。  
どうしてだろう？

き おん みず ひかり  
気温？水？光？



## ■ 1年生保護者対象 給食試食会

6月5日に1年生の保護者を対象とした給食試食会を開催しました。配膳担当に立候補してくださった保護者の方々に1・2年生の分量で盛り付けをしていただき、児童と同じように給食時間を体験していただきました。配膳が終わったら、約1分間の食育、いただきます、おかわり、ごちそうさまをして、児童の喫食中の様子もご参観いただきました。

本校がめざす「10の能力（いわゆる非認知能力）」をぐんぐん伸ばしている児童の特徴の一つに、「ご家庭での食事中に、学校で学んだことや給食の様子を共有している」という姿があります。担任が教室で行う数分間の食育の内容や献立や食材について、家庭でも話題にすることで、その学びが深まっているのだと思います。学童期の子どもたちの成長にとって、家族団らんで「共食」する時間は、とても大切です。食事を一人でする「孤食」ではなく、家族揃って食事をする時間を大切にしていきたいと思います。



1年生保護者対象給食試食会にて 校長よりあいさつ