



給食だより

東京農業大学稲花小学校
発行日 2023年8月25日
発行人 校長 夏秋啓子
栄養教諭 梅本葉月

夏休みも残すところあと1週間となりました。成長期の子どもは、夏に身長がよく伸びると言われています。日照時間が長くなる夏は、紫外線により体内でビタミンDが合成され、カルシウムの吸収率が高まるとともに、体を動かすことによる骨刺激から、成長期の子どもは1年の中で最も身長がのびやすい時期です。いよいよ2学期が始まります。体も心も成長したみなさんとの再会が楽しみです。

■いよいよ新学期、エプロンの紐ボタンの位置の確認を

夏休み明け、久しぶりの給食当番の際、上述のとおり、成長に伴い、給食用エプロンの首・腰回りの紐が短くて、身に着けづらいというお子さんがいます。

6月23日号^{※1}でもお伝えしたとおり、今一度、持ち帰った給食用エプロンを確認し、お子様の背丈に合わせて首・胴回りの紐ボタン位置の調整又は、付け替えをお願いします。

※1 [給食だより6月23日号](#)：

<https://www.nodaitoka.ed.jp/application/files/8716/8742/7137/2023623.pdf>

■8月31日は野菜の日

8月31日は語呂合わせで、「野菜の日」です。農大稲花小の子どもたちは、稲花タイムで野菜を育てているので、野菜を見る目が養われています。給食でナスが出ると「重みがあるナスの方がみずみずしくて美味しいんだよね～」と子どもたちの口から話題になるほどです。

インターネットで野菜にまつわる情報が発信されています。夏野菜のふりかえりをしてみてはいかがでしょうか。



イラスト：稲花タイム観察記録より

■ [野菜科学研究会](#)^{※2}

野菜に関する新しい学術的な研究成果や食生活を豊かにする情報を提供することを目的に2021年9月に設立されました。野菜を使って行う自由研究のアイデアや、美味しい鞆委の見分け方、野菜に関する学術論文の紹介までなど、子どもから大人まで楽しめる情報が満載です。

※2 <https://vegetablesociety.org/>

■ キューピー「8月31日は野菜の日 野菜をもっとたべよう」※3

サラダのレシピや野菜の豆知識の紹介など、野菜をもっと好きになりそうな情報が発信されています。

※3 <https://www.kewpie.co.jp/yasai-day/>

■9月9日 重陽の節句

9月9日は、五節句の一つ、「重陽の節句」です。五節句（人日の節句、上巳（桃）の節句、端午の節句、七夕の節句、重陽の節句）の「節」とは、季節のことで、日本の農耕社会と結びつき「節句」となりました。また季節の変わり目を「節日（せちにち）」といいます。

9月は、菊の花が楽しめる時期なので、「菊の節句」ともいいます。また、菊の香りが邪気を払うとも言われています。給食の菊花和えには、黄色と紫の食用菊を使います。

毎年、花びらの独特の味わいに戸惑う児童が多く、いつもの和え物より食べ残しが多くなりますが、味覚の世界を広げるよい機会として捉え、食経験を積んでほしいと願っています。



■9月29日 十五夜



今年の十五夜は、9月29日（金）です。給食では、かぼちゃを練り込んで満月に見立てたお月見団子を提供します。

もともと、十五夜は旧暦の8月15日とされていましたが、月の満ち欠けを基準にしていた旧暦と太陽の動きを基準にしている新暦では、1年の始まる日も1年の長さも異なります。

そのため、旧暦と新暦にズレが生じ、実際には、毎年9月中旬～10月上旬の間に十五夜（旧暦8月15日）がきます。暦上の十五夜と満月の日が1日ずれる年もありますが、今年の9月29日は、ちょうど満月です。十五夜の1か月ほど前から、月がどの方角に見えるか、満ち欠けの様子を観察しながら、十五夜の満月を心待ちにするのも楽しいですね。（「月の満ち欠け」は、4年生の理科で学びます。）