



給食だより

東京農業大学稲花小学校
発行日 2021年1月22日
発行人 校長 夏秋啓子
栄養教諭 梅本葉月

もうすぐ立春、暦の上では春が近づいています。今年は、空気が乾燥して寒さが厳しいと感じる日々が続いていますが、街路樹に目を向けると、若葉が芽吹いていたり、梅のつぼみが膨らんでいたりするのに、自然の逞しさと春の訪れを感じます。寒さに負けない強い体づくりのために、毎日しっかり食事をし、三密を避けて、元気に体を動かしましょう。

◇ 今年は124年ぶりに2月2日が節分 ◇

今年は、2月2日が節分です。節分は立春の前日で、冬から春へ季節が変わる節目の行事です。節分といえば、2月3日という印象がありますが、国立天文台の暦計算室によると、太陽の周期により **124年**ぶりに、2月3日が立春となり、2日が節分になるそうです。

地域によって、節分行事の言われは、諸説ありますが、一般的に、季節の変わり目には邪気（悪い気）が生じると考えられており、それを追い払うために豆まきをしたり、ひいらぎの枝にいわしの頭を刺して門や軒下に立てたりします。そして、無病息災を祈って年の数だけ豆を食べます。

また、恵方を向いて、一言もしゃべらずに、だまって海苔巻きを食べると邪気を追い払うことができるという言い伝えもあります。今年の恵方は、「南南東」だそうです。給食でも恵方巻を出しますので、お楽しみに。



◇ 1年生 学級活動「食物アレルギーってなあに」 ◇

食物アレルギーの児童もそうでない児童も、改めて食物アレルギーについて共通の認識を深め、1人ひとりができることを考える機会とするため、学級活動「食物アレルギーってなあに」を栄養教諭の支援で行いました。

給食の開始にあたり、担任から食物アレルギー対応食のルールについて全児童に説明をしてから約半年が経ち、一人ひとりの協力により、事故なく安全に提供することができています。しかし、慣れによる事故を防止することも、この学級活動の目的です。

「たまごのたまちゃんがしらなかったこと」（発行：公益財団法人日本学校保健委員会）を読み聞かせたのち、好き嫌いとは食物アレルギーは異なることをおさえ、2つの観点について、ワークシートに自分の考えを書いてもらいました。本来ならば、自由に発言しながら考えを深めていきたいところですが、新型コロナウイルス感染防止の観点から、同時発声の機会を最小限にするためです。児童には、書いた内容を読み上げてもらい、さらに考えを深めてもらいました。

1つ目の観点は、食物アレルギーがある友だちがいる時に、自分が気を付けることです。

「食物アレルギー専用の給食を触ったり、食器を交換したりしない。」「もし、具合が悪くなったお友だちがいたら、近くにいる大人を呼ぶ。」「（特別対応の）除去食を見て、「ずるい」とか「いいなあ」と

か言わない。(アレルギーの友達が悲しむことを言わない)。」など、友だちの立場に立って考えることができていました。

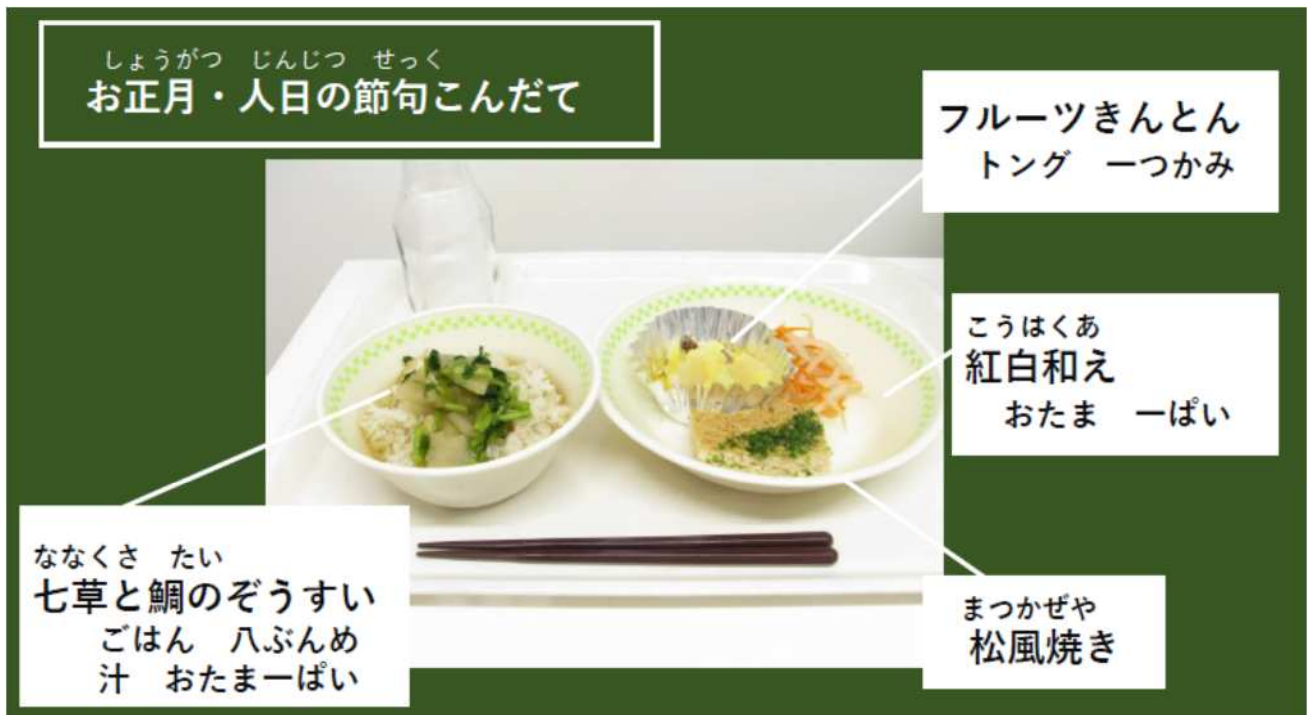
2つ目の観点は、今日の学習でわかったことや質問をまとめることです。

全体で共有した方がよいと思われる内容を書いている児童には、読み上げてもらいました。

例えば、「食物アレルギーのお友だちの給食に触ったり、顔を使つたりすると、食物アレルギーがうつってしまうかもしれないから気を付ける。」という考え方は、新型コロナウイルス感染症と食物アレルギーを混同していることによるものと思われたので、「**新型コロナウイルス感染症はうつることがあるけれど、食物アレルギーはうつらない病気である**」ことを確認しました。

その後、「食物アレルギーはうつらないと聞いて安心した」という記述が増えており、児童の素朴な疑問や考えを引き出し、確認することの重要性を再認識しました。

◇ 1月の給食から ◇



1月8日の給食は、七草と鯛の雑炊、松風焼き、紅白和え、フルーツきんとん、牛乳でした。これは前日の1月7日が、人日の節句だったことに因んでいます。お正月最後のこの日は、春の七草を使ったおかゆを食べて、その年の豊作と無病息災を願います。さて、春の七草とは、どんな植物でしょうか？と質問すると、多くの児童が、すらすらと答えられることに驚きました。春の七草は、セリ、ナズナ（ペンペン草）、ゴギョウ（ハハコグサ）、ハコベラ、ホトケノザ（コオニタビラコ）、スズナ（カブ）、スズシロ（ダイコン）です。

どれがどの植物かわかるように、図書室の前に、春の七草の実物を展示しました。「ナズナとホトケノザは、公園で見かけるから、葉の形でわかる！」という児童もいて、さすが、農大稲花小の児童は、観察する力が備わっていると感心しました。



1月14日の給食は、世界の食卓献立、「タンザニア」でした。カチュンバリはサラダ、スープ・ヤ・プエザは海鮮スープ、ピラウはピラフ、マンダジは甘さ控え目のバナナ入りの揚げパンのこです。

夏秋校長がタンザニアで稲作支援を行った時の写真を提示すると、「夏秋先生は、タンザニアに住んでいたの？」という質問が飛び出すほど、児童にはインパクトがあったようです。給食の味は、本物のタンザニア料理の味には遠かったかもしれませんが、児童にとって、タンザニアが身近な国の一つになったのではないのでしょうか。



1月15日の給食は、小豆ご飯、かつおのカレー竜田揚げ、菜の花のごまクリーム和え、筑前煮、きんかんでした。

【小正月】

昔むかし、日本では、1月1日を大正月（おおしょうがつ）、1月15日は小正月（こしょうがつ）と言って、小正月もおめでたい日として、お祝いをしました。「小豆のように赤い色の食べ物は邪気を祓う」と考えられていた中国の古い風習をまねて、小豆ご飯やお赤飯を炊いて食べていました。

【東京の島・伊豆大島のカツオ】

この日のカツオは、東京都の島・伊豆大島で水揚げされたカツオを使用しました。カツオは血合いが多く、

味が濃いので、カレーをまぶして揚げて食べやすくしています。

東京都にある学校の子どもたちに、もっと東京の魚を食べて、貴重な海の資源について考えるきっかけとしてほしいと、東京都より無料で提供していただきました。

30年ほど前までカツオやトビウオ、ムロアジは、伊豆の海でたくさん獲れていたのですが、ここ20年ほどの間、漁獲量は減っています。地球温暖化により生態系が崩れているためではなかと心配されています。海の恵みに感謝していただきました。



寒い毎日、ご家庭でも体の中から温めるよう日々の食事を大切にお過ごしいただければ幸いです。