

# 食育だより “いただきます”

令和4年4月28日


玄海小・中学校

栄養教諭 井上 恵美


新学期が始まって1ヵ月が過ぎました。初めての給食に1年生はワクワク！しっかりと手を洗い、エプロンを付けて給食当番も頑張っていました。給食には、好きなものも、苦手なものも色々な食材や料理が登場します。給食で初めて食べた！という料理もあるかもしれません。給食室では、切り方や味付けの仕方などを工夫して、毎日、愛情をこめて給食を作っています。苦手なものにも少しずつチャレンジすることで、食の幅を広げていけるといいですね。毎日の給食がみなさんにとって「おいしい」・「楽しい」時間になったらうれしいです。

## 給食での感染症対策


**配膳台の消毒**  
配膳前に配膳台を消毒してから準備します



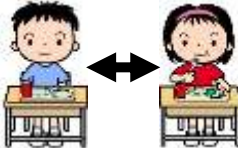
**給食当番の健康チェック**  
毎日、健康チェックを行い、体調不良者は当番を交代します



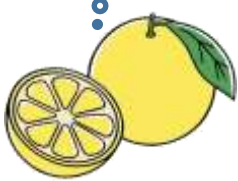
**手洗い指導**  
栄養教諭が全学年に正しい手洗いについて指導します



**前を向いて静かに食べる**  
給食中は、間隔をとり前を向いて静かに食べます



### 今月の旬食材



ニューサマーオレンジ

ニューサマーオレンジは、初夏においしくなる柑橘類です。給食では、宗像市の阿部さんが作ったニューサマーオレンジを提供しました。ニューサマーオレンジは、皮と実の間にある「白いわた」も食べられるのが特徴です。みかんのように皮を手でむいて食べてもよいですが、ナイフでカットすると果肉と白いわたをバランスよく食べられます。りんごのようにクルクルと皮をむき、わたごとカットして食べるのがおすすめです。



参照：果物ナビ ([kudamononavi.com](http://kudamononavi.com))

クイズ：ニューサマーオレンジの別の呼び方はどれでしょう？

- ① 日向夏
- ② 小夏
- ③ 宝来柑

