

# 7月 食育だより

杉並区立馬橋小学校

令和7年7月 16日

6月、2年生がソラマメのさやむきをしました。自分でむいたそら豆の皮が、絵本に出てくるそらまめくんのベットと同じふわふわなことを実感していました。



『そらまめくんのベット』  
という本を読み聞かせ



全校分のそら豆を給食室にお届け

7月、3年生がとうもろこしの皮むきをしました。とうもろこしから、いろいろな食品ができることを学び、一人2本皮むきをしました。



甘いとうもろこしで、  
残菜はほとんどありませんでした



1学期は、食に関する興味関心を高めることに重点をおいた食育活動が多く行われました。食材に触れ、食べてみようという意欲につなげることを目的に行っています。むいてもらったそら豆やとうもろこしの実は給食に出ます。そして給食時間には、放送やお便りでさやむき、皮むきをしたことを紹介し、学校全体で食べる意欲につげます。むいた皮は使わないので、希望者には持って帰ってもらっています。そら豆の皮のふわふわの感動を家族に教えてあげたいという子や、とうもろこしのひげでお茶を作ってみたい、という言う子もいます。実際、皮やひげはごみとして処理されることになるとおもいますが、持ち帰った皮が、ご家庭での会話の糸口となり、皮むき体験の感想や食材への思いが食卓の話題になれば、食育の輪が広がると考えています。

