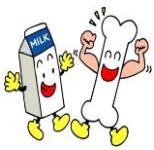


いただきます!

2学期も残すところあと1カ月となりました。朝晩冷え込むようになり、本格的な冬がやってきます。空気も冷たく、乾燥しているので、かぜやインフルエンザにもかかりやすい時期です。予防には、手洗い・うがいはもちろん、十分な栄養と休養をとることが大切です。それでも、もしかぜをひいてしまったら、無理をせずに温かくして早目に休みましょう。



寒くなると、給食でも温かいスープなどの汁ものが喜ばれますが、反対に牛乳の飲み残しが多くなってきます。牛乳は成長期の骨や歯を作るための大切なカルシウム源なので、できるだけ残さずに飲んでほしいです。

3年生「わかめ学習」出前授業

11月17日(水)、2校時3年1組、3校時3年2組で、理研ビタミンの出前授業「わかめ学習」を実施しました。はじめに、わかめの原藻(実物)を見せていただきました。そのわかめを実際に触って、においや色、感触などを観察した後、色が変わる実験もしました。お湯につけるとあら不思議、茶色から緑色に変化しました。わかめのヌルヌルの正体は食物繊維で、腸のお掃除をしてくれることも学びました。



岩手県から届いたわかめの原藻です。長さは2メートル70～80センチもありました。



熱湯につけたわかめが一瞬で茶色から緑色に変化します。



食物繊維が腸のお掃除をする様子をスライムを使って実験しました。



その日の給食は、茎わかめ、わかめの葉、めかぶを入れた丸ごとわかめスープにしました。



学校給食展示会

すぎなみく がっこうきゅうしょく てんじ ししょくとう おこな すぎなみくがっこうきゅうしょく
杉並区の学校給食について展示や試食等を行う「杉並区学校給食
てんじかい がつ か きん あさがやちいきくみん おこな
展示会」が、12月8日(金)に阿佐谷地域区民センターで行われます。
じかん がある方は、ぜひご来場ください。