

10月 きゅうしょくだより

志木市立志木第二小学校

朝晩は涼しくなり秋の訪れを感じます。「実りの秋」「収穫の秋」「食欲の秋」秋は食べ物がおいしくなる季節です。給食でも、さつまいもやきのこなど秋の食材を使用していきます。「スポーツの秋」「芸術の秋」も楽しみながら、爽やかな季節を元気に過ごしましょう。



十五夜の次は「十三夜」

十三夜とは、旧暦の9月13日頃の夜のことで、十五夜以外にその日もお月見をする風習があります。今年は10月15日です。

十五夜と十三夜を合わせて「二夜の月」と呼ぶのに対し、どちらか一方しかお月見をしないことを「片月見」や「片見月」と言い、縁起が悪いという言い伝えもあります。

十三夜にちなんだ13個の月見団子を供えるといわれています。また、栗や豆の収穫を祝う「栗名月」「豆名月」という別名もあるので、給食では10月15日に栗ご飯と黒蜜きな粉を予定しています。



10月25日は運動会応援こんだてです

10月26日は運動会です。前日の25日は運動会応援こんだてにしてみました。

ライバルに勝つ、自分に勝つ、チームで勝つ。げんかつぎとしてカツカレーを出します。パワーをたくわえ、当日に全力を出してがんばりましょう！



新米の季節

学校給食では10月から新米の予定です。



お米は乾物の仲間と思われがちですが、精米されたお米は“生鮮食品”です。

●おいしいお米をおいしいうちに！

鮮度が大切なため、精米日が新しい方がよりおいしいとされています。おいしく食べられる期間の目安は、精米してから2週間から1か月程度です。買うときは量を調整しながらなるべく早めに食べることがおすすめです。

●保管方法

お米は酸素と湿気に加え、高温の環境が苦手です。場所に余裕がある場合、買ってきたお米は小分けにし、密封できるポリ袋か容器に移し替え、冷蔵庫（野菜室）で保管しましょう。

冷蔵庫内のスペースに余裕がなくてもペットボトルなどの密閉できる容器に移し替えるだけでもOKです。ビニール袋は空気を通す小さな穴が開いているので、そのまま保管すると酸素や湿気、匂いを通してしまいます。

精米されたお米は、もみやぬかが取り除かれ、いわば丸裸の状態です。においを吸収しやすいので、においの強いものの近くに置くのは避けると良いです。

今年はスーパーからお米がなくなったり、米不足がニュースでよく取り上げられていますね。お米に限らず、あることが【当たり前】ではなく、【ありがたい】気持ちをもってほしいと思います。

さんまの塩焼きをカッコよくきれいに食べよう！

秋の味覚の一つであるサンマの塩焼きを給食で出します。給食委員会にお手伝いしてもらい、きれいに食べられる食べ方を二小のみなさんに伝授します。最初は難しいかもしれませんが、ぜひチャレンジしてみてください！毎年行っている取り組みなので、2年生～6年生は去年のことを思い出してね。

さんまの**背中**を箸でおします。

☆骨を上手にはずすことができます。



さんまの**真ん中**に箸で線をいれます。



上に開いて

さんまの**上の肉**を食べます。



下に開いて、さんまの**下の肉**を食べます。

☆ここは骨が多いので注意しましょう。



下に開いて、さんまの**下の肉**を食べます。

☆ここは骨が多いので注意しましょう。



骨の下の肉を食べます。



こんなふうには骨だけになったかな？



いいつなまち 飯綱町のりんご



志木市と長野県飯綱町は「大規模災害時における相互応援に関する協定（災害協定）」を結んでいます。一面のりんご畑が広がる飯綱町は、寒暖の差が大きくりんごの栽培に最適な地として栄えてきました。りんごの他にも梨や桃などの果物の名産地としても知られています。

昨年度も飯綱町のりんごを給食で提供しましたが、とっても甘くて美味しいりんごが届きました。今年度も飯綱町から志木二小へ直送のりんごを給食で出します。おいしくいただきます！

10/29に予定しています。