

芝富士っ子 パクモリだよ!

毎月19日は食育の日です



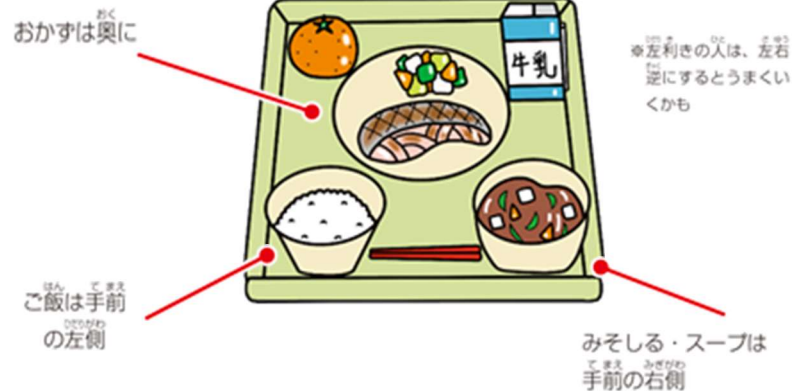
川口市立芝富士小学校
令和8年4月30日(木)

新緑のまぶしい季節になりました。子供たちは新しい環境にも慣れてきた頃でしょうか。連休もあり疲れが出やすい時期ですので、規則正しい生活とバランスのよい食事で、5月も元気に過ごしましょう。

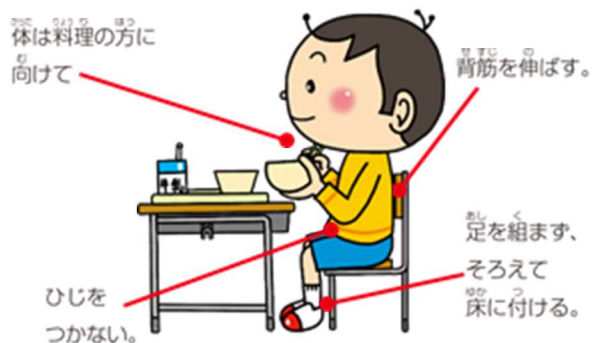
かっこいい食べ方をしよう

～食べることに集中できる機会を利用して～

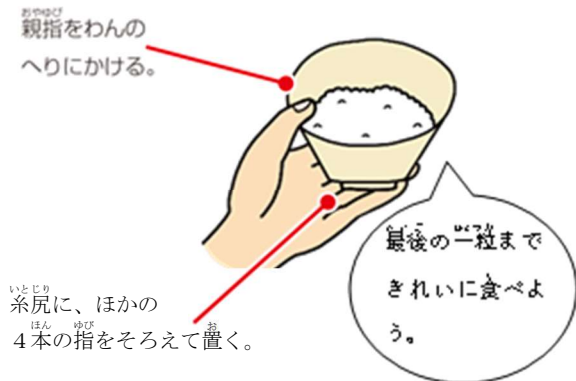
① 食器の配ぜんを確認



② 背中を伸ばして



③ お茶わんは手に持って



【旬の食材紹介】

なつ 夏みかん (甘夏) あまなつ



「これは、レモンのおいですか?」「いいえ、夏みかんですよ。」(あまきみこ『白いぼうし』) 4年生の国語の教科書に載っていますね。

よい香りの夏みかん。冬に収穫されますが、初夏に食べ頃になることから「夏だいたい」ともいわれます。「甘夏」は、この夏みかんの一種で、甘酸っぱさとほのかな苦みが特徴のかんきつ類です。

甘夏は、1月～3月頃にかけて収穫し、涼しい場所で保存されます。すると、もともとあった酸味が抜け、甘味が残ります。この、酸味を飛ばすことを「酸抜き」といいます。酸抜きが終わったおいしい夏みかんをよく味わって食べましょう。

1年生も給食に慣れてきました!



給食当番も協力してがんばっています。

「いただきまーす!」
「今日は何かな?」

