



令和7年5月号
足立区立保木間小学校
校長 北川 みどり

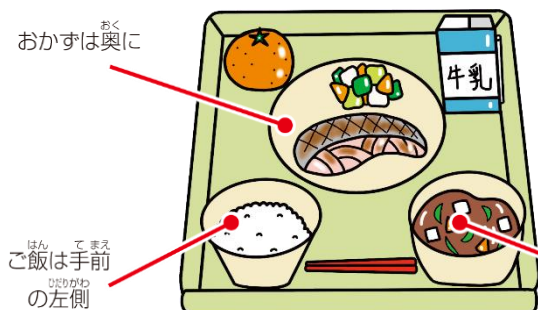
先週から最高気温が夏日になるほど暖かくなってきました。保木間っ子は、中休みや昼休みも元気に遊んでいます。5月の給食目標は、「よいマナーを身につけよう」です。食事のマナーは、給食だけでなくおうちのこまめな声かけも大切です。5月のうちに以下3点だけでもしっかり身につけられるようご協力お願いいたします。

かっこいい食べ方をしよう

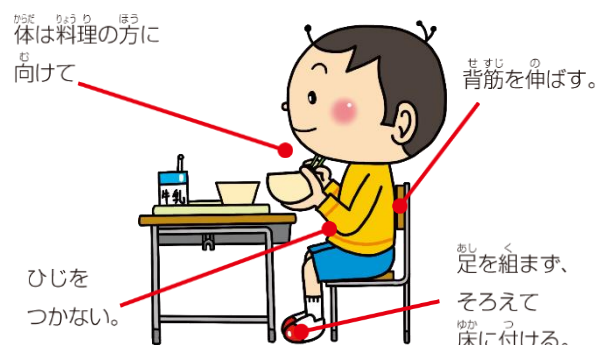
～食べることに集中できる機会を利用して～

新型コロナウイルス感染症対応の給食が続きます。「前向き・黙食」の良さを生かして食事に集中できるようにしましょう。まずは、次の3つにチャレンジしてみてくださいね！

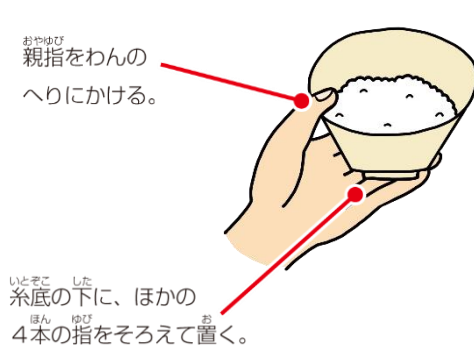
①食器の配ぜんを確認



②背中を伸ばして



③お茶わんは手に持って



しょうもつ

食物アレルギー についての指導をしました。

給食が始まる日に、全学級で食物アレルギーについての話をしました。昨年度、保木間小学校でも新規発症の（給食で初めてアレルギー症状が出ること）事例がありました。

入学時に食物アレルギーについての確認書をご提出いただいておりますが、特に新規発症例が多い木の実類や落花生、果物などについて今一度ご確認いただけますようお願いいたします。

裏面に給食で使う食材について再度掲載します。

【指導内容】

- ①食物アレルギーでは以下の症状がでる。
 - ・顔や体がかゆくなったりはれたりする。
 - ・気持ち悪くなる。
 - ・息が苦しくなる。など
- ②給食を食べた後に①のような症状がでたら先生に言う。
給食で初めて食べた食材や、今まで食べていた食べ物でも食物アレルギーになる場合がある。
- ③給食で料理のトングなどを間違えても戻さない。
- ④食物アレルギーがある人の給食の約束の確認



5月野菜の日 「鮭ピースごはん」

【材料（4人分）】

米・・・・・・・・・・2合
酒・・・・・・・・・・小さじ1
塩・・・・・・・・・・小さじ1/4
鮭・・・・・・・・・・80g
グリンピース・・・・50g
（さや付で200g位）



【作り方】

- ①米を研ぎ、酒を炊飯釜に入れ、2合の目盛りまで水を加える。
- ②鮭をクッキングシートで包み、米の上にのせ、炊飯する。
- ③グリンピースは、さやから出し、洗う。熱湯でさっと茹で、茹で汁に浸したまま冷ます。冷めたらザルにあける。
- ④炊きあがったら鮭を取り出し、皮・骨を取ってほぐす。
- ⑤ご飯に鮭とグリンピースを混ぜて盛り付ける。