4月給食だより

令和６年４月９日

川口市立中居小学校

光あふれる春、希望で胸をふくらませて新しい学年がスタートしました。子供たちは、はじける笑顔いっぱいで新しいクラスに少し緊張しながらも、みな、うれしそうです。また、昨日行われた入学式では期待や不安を胸に、元気に新１年生が入学をしてきました。ご入学された児童の保護者の皆さまには、心よりお祝い申し上げます。

さて、２年生以上の学年は、明日の１０日より給食がスタートします。３月の給食が終了しておよそ３週間、きっと子供たちが待ちに待った給食だと思います。初めは新しいクラスに緊張して、なかなかたくさん食べられない子もいるかもしれませんが、成長期の子供たちには欠かせない栄養がたっぷりの給食ですので、残さずにしっかりと食べてもらいたいと思います。また、１年生は２日遅れての１２日より給食がスタートします。この日は、本校の児童に大人気のとりのから揚げです。

給食室では、今年１年間も、安全で安心、さらにおいしい給食となるように、栄養士と調理員で力を合わせてがんばっていきますので、どうぞよろしくお願いします。

給食当番になったら…

つめの長さや身だしなみに気をつけよう。清潔なハンカチを毎日用意しよう。

トイレを済ませて、せっけんを使って手をしっかり洗ってから白衣に着替えよう。

髪はぼうしから出しません。長い髪の人はピンなどでまとめておこう。

白衣を着たら、壁によりかかったり、ふざけたりしてはだめだよ。

マスクは鼻と口をしっかり覆うようにつけましょう。

汁ものは底をよくかきまぜながら盛りつけて、残しがないようにしよう。

保護者のみなさまへ（おしらせ）

今年度より給食着は１～４年生は全員購入に切り替わりました。アイロンがけは、各家庭の判断にお任せしますが、かける場合は、ゴムの部分にかけ過ぎるとゴムが溶けますので、ご注意ください。

限られた期間のキミと一緒に！

芽芽しくて、芽芽しくて…

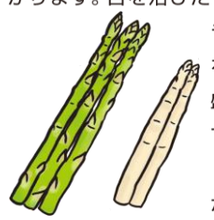
種子などから出たばかりで、植物の茎、または葉がこれから育つ途中の段階にあるものを「芽」といいます。野菜や山菜には、とくにこの「芽」を選んで食べるものがあります。冬を終え、いのちが息吹く春はそうした「芽」の食べものに出会う機会が多くあります。

たけのこ

竹の地下茎から出てくる芽で、10日（旬日）で竹になるといわれることから「筍」の字が当てられます。採りたてのものは春にしか味わえず、季節感を大切にする日本料理では春の料理に欠かせない食材です。

アスパラガス

種をまいて収穫できるまで通常数年かかります。日を浴びたグリーンアスパラガスと、日光を当てないよう盛り土などをして育てるホワイトアスパラガスがあります。



にんにくの芽

にんにくから出る花芽で、「にんにくの茎」ともいいます。球根を大きく育てるために摘みとられてしまいますが、花が咲く前の若い芽はにおいが穏やかで甘みもあり、中国料理によく使われます。

豆苗

「きぬさや」や「グリンピース」としても食べられる、豆のえんどうの新芽（つる先）です。甘く、ほのかにえんどうの香りもします。一度収穫しても残った根や豆を育てることで何度か再収穫することもできます。

みょうがたけ

夏に出る花のつぼみが「みょうが」ですが、「みょうがたけ」は、春に間引くものや、秋に伸びてくる若芽を食べます。なるべく日光に当てないように育てますが、陽に当たると薄いピンク色になります。

さんしょうの芽

さんしょうの若芽で「木の芽」や「葉ざんしょう」ともいいます。さんしょうはミカン科の植物で日本に広く自生し、若芽のほか、雄株につく花、若い実、そして熟した実の皮を粉にして香辛料としても使われます。

危険な芽

芽は食べられるものばかりではなく、食べると体に害のある危険な芽もあります。注意しましょう。

じゃがいもの芽

じゃがいもの芽の部分や、緑色になった皮にはソラニンという毒素があるため、絶対に食べないでください。いもから少し出てしまった芽はしっかり取り除いてから使いましょう。

スイセンの芽

「にら」や野草の「ノビル」と間違えて食べられ、毎年のように食中毒事故が発生しています。家庭菜園などで野菜を育てている方はとくに注意をしてください。

元歌：『女々しくて』（ゴールデンボンバー，2009）

担当：学校栄養士　都築