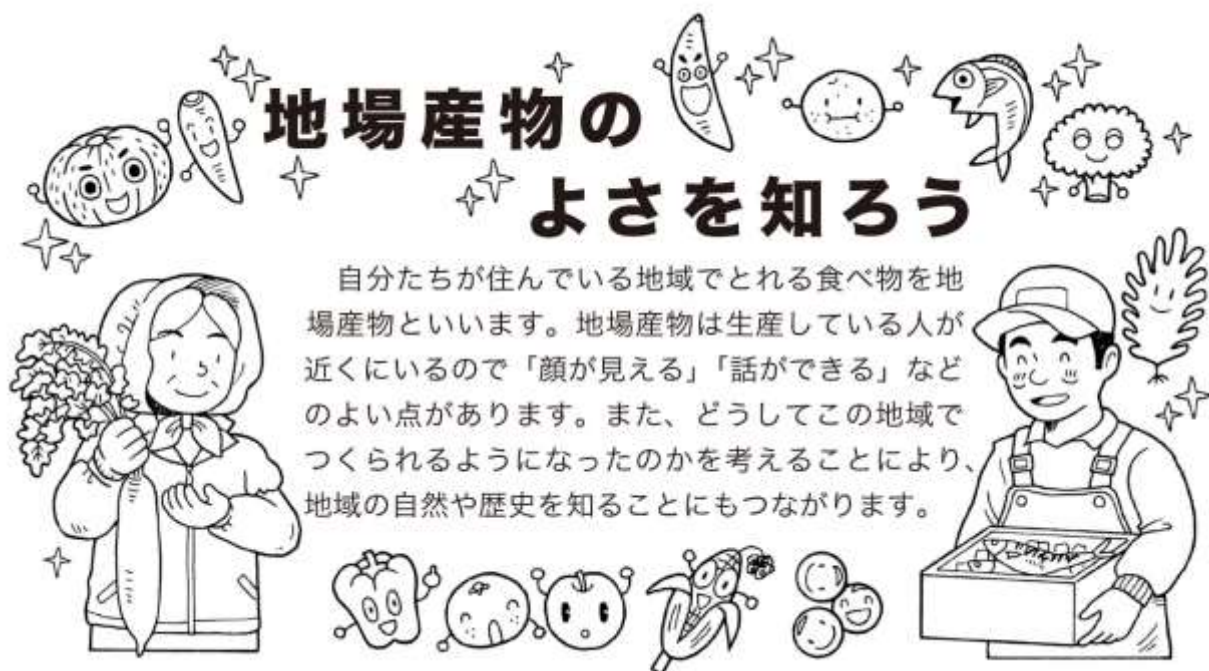


きゅうしょくだよい

令和3年 11 月号
座間市立相模野小学校
校長 山手 温子

秋が深まってきました。間もなく冬の足音も聞こえてきます。今月は23日に勤労感謝の日があります。農業、漁業、畜産業などにかかわっている人や、配送をしたり、食事をつくったりする人たちなど、色々な人たちのおかげで、毎日の食事をすることができます。こうした方たちへの感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。



心をこめて「いただきます」「ごちそうさま」

食べ物の命をいただいています

わたしたちが食べている食べ物は、どれも生き物の命をいただいているものばかりです。

また、生産者や料理をつくってくれた人たちなど、さまざまな人びとの手を経ることで、毎日の食卓に並んでいます。食事をする時には、感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。

そして、苦手な食べ物がある場合には一口でも挑戦して、できるだけ食べるように努力をしてみましょう。



きゅうしょく

11月2日（火）「ざまりん給食」

令和3年11月に座間市は50歳になります。記念すべき50歳の誕生日をお祝いする給食として、座間市のお米や野菜、みそなどをたくさん使った「ざまりん給食」を作ります。



＊＊献立＊＊

- ・巻きずし（手巻きのり）
- ・牛乳
- ・魚のゴマ揚げ
- ・さつまいも汁
- ・みかん

「ざまりん給食」についての動画を作りました。みてね♪



・神奈川県と座間市より補助金をいただき食材の一部（米、手巻きのり）を購入しています。

11月25日（木）「第60回開校記念日」

相模野小学校は11月25日（木）に60回目のお誕生日を迎えます。これを記念して、PTAから特別なデザートを用意していただくことになりました。楽しみにしてくださいね。

作ってみませんか？

ツナとわかめのサラダ（18日の献立より）

【材料】（4人分）

水煮ツナ	60g
カットわかめ（乾燥）	2g
キャベツ	2～3枚
きゅうり	2/3本
ドレッシング	

しょうゆ	大さじ1強
さとう	大さじ1強
酢	大さじ1強
ごま油	小さじ1

【作り方】

- ① ツナは細かくほぐす。
- ② わかめは水につけて戻し、熱湯に通し、流水につけ、水気を切っておく。
- ③ キャベツはせん切り、きゅうりは輪切りにし、サッとゆでて、水でさまして水気を切っておく。
- ④ ドレッシングの材料を合わせてよく混ぜておく。
- ⑤ ①～③をまぜて、④であえる。

