

～R5年度 母親委員会だより～

# ストロベリーママ no. 2

師走の候ますますご清祥のこととお喜び申し上げます。  
一段と寒くなり、風邪をひきやすくなる季節となりました。  
体調管理等、くれぐれもご自愛くださいませ。  
皆様には、日頃よりPTA活動に、ご理解・ご協力いただき誠にありがとうございます。



## ☆親子ふれあい給食☆

10月6日(金)、一年生の保護者対象で給食の試食会を行いました。  
三年ぶりの開催でしたが、母親委員の皆さん、保護者の皆様、先生方、給食センター栄養教諭水本先生のご協力の元、つつがなく行う事が出来ました。  
校長先生によると、波佐見の給食は種類も量も、豊富らしいですよ(^\_^)♪  
試食の後、水本先生により、給食についてのお話も伺いました。  
普段当たり前提供して頂いている給食ですが(ありがたい。)、配送から配膳、子供たちのお腹に入るまでに、こんなにも沢山の方の努力、指導によって、安心、安全な美味しい献立を用意して頂いているのだと、ますます感謝の気持ちで一杯になりました。

試食会の様子→



試食会の献立→



## ☆波佐見町食育フェスタ☆

11月18日(土)波佐見町主催の食育フェスタに参加しました。  
第一部は福田泰三先生(かつて南小でも教鞭をとっておられました)により『生きることは食べること』について食育講演会を見ました。  
まずは、朝ご飯を食べる事、更にお味噌汁など、親子で朝ご飯を作る、作り方を学ぶ等、料理を通して親子との関りを増やす、教え子だった生徒さん達に朝ご飯を作る、食べる活動をして貰うことで、日中の行動が、活発で健やかに動ける、一緒に食べて家族の関係も良くなる、機嫌が良くなり学校の雰囲気も良くなる、という実体験を写真や、体験を交えながら教えて頂きました。  
現在でも教鞭を取りながら、長崎を始め他県でも講演をされているそうです。Σ(°Д°)



第二部は六つのブース(みそたま作り教室・防災食作り・おしゃべりカフェ・食事で健康革命・血管年齢、骨密度測定・食改さんとのおにぎり作り)で食や健康に関する体験イベントに参加し  
その中で母親委員は今年も原味噌さんの「みそたま作り教室」に参加致しました。  
乾燥した野菜やワカメ、だしの素の混ぜられたみそたまと、自分好みの具を二、三種類カップに投入し  
(カレー粉を入れてカレー味にしたりアオサで味変したり星形のお麩をいれ見た目も可愛く)  
軽く振って混ぜ合わせ、ラップにくるんで出来上がりです。(冷凍出来るしお湯を注ぐだけ!)  
福田泰三先生もおっしゃっていたように、味噌(等発酵食品)は摂取することにより  
免疫力を高め、インフルエンザやコロナ等に掛かりづらく、また  
掛かっても酷くならない、という効果を持っていると言われていたそうです。  
是非、ご家庭の味噌とだしの素で作成されるのでお味噌汁を積極的に  
お手軽に取られてみてはいかがでしょうか。(^\_^)☆

みそたま完成品→



2学期も、取り組みアンケートのご協力、ありがとうございました。m( \_ \_ )m  
3学期も行いますので、ご家庭での取り組みへのお声かけ、アンケートへのご協力よろしくお願いします。



※今年度も六年生の卒業式で身に着ける、コサージュ作成を  
計画しております。冬休み中に、親子で作成して頂きたいと思っておりますので、  
別紙で出しました案内を、六年生の保護者様はご確認よろしくお願い致します。