

石 二 小 だ よ り

第65号 平成29年2月24日(金)発行 文責:鈴木

【電話】0244-22-2724【ホームページ】http://www.minamisoma.gr.fks.ed.jp/?page_id=145

平成28年度重点目標「考えをつたえ合おう」

おいしいみそ汁ができました

17日(金)には、5年生が家庭科の授業でみそ汁作りに取り組みました。まず最初に、煮干しとかつお節でだしを取るところから始めました。具材は大根、わかめ、ねぎ、豆腐、油揚げにしました。それぞれ大きさや厚さを考えながら、食べやすい大きさに切りました。水の状態から入れる物と沸騰してから入れる物があるので、間違えないように気を付けました。具材に火が通ったら、最後にみそ



を入れて完成です。おいしそうなみそ汁の香りが、家庭科室の中に漂いました。この日は新1年生の一日入学のために給食がなかったので、お昼には自分が持ってきたお弁当とみそ汁と一緒に食べました。普段給食で出るみそ汁もおいしいですが、自分たちの手作りのみそ汁は一段とおいしかったことでしょう。この学習を生かして、休みの日などにぜひ家でも作ってご家族に味わってもらおうのはどうでしょうか。

今月のイチオシ献立



南相馬市の学校給食では、体の免疫力を高めたり体力の向上を意識したりする献立を、月に1回「今月のイチオシ献立」として提供しています。今月は20日(月)がその日で、給食には麦ご飯、豚汁、鯖のみそ煮、ほうれん草のごま和え、牛乳が出ました。鯖のような青魚には、DHA(ドコサヘキサエン酸)やEPA(エイコサペンタエン酸)が多く含まれています。DHAには脳を活性化させる作用が、EPAには血液をさらさらにする作用があると言われています。また、冬場のほうれん草には夏場の物よりビタミンCが約3倍も多く含まれ、ごまに含まれるビタミンEと一緒に食べることでより効果が高まるそうです。豚汁には野菜がたくさん入っており、こちらも栄養満点です。みんなでおいしくいただきました。 《裏面もご覧ください》

◆ 第61回福島県書き初め展（毛筆の部）

- 特選 1年：稲垣 さん、2年：林 さん
 3年：小澤 さん、佐藤 さん、4年：渡部 さん、松崎 さん
 5年：中塚 さん、6年：荒川 さん
- 金賞 1年：山田 さん、高野 さん、2年：小泉 さん、小山 さん
 3年：佐藤 さん、井上 さん、阿部 さん、泉 さん、
 石田 さん
 4年：坂本 さん、山野辺 さん、渡邊 さん
 5年：菊地 さん、富田 さん、高野 さん
 6年：小澤 さん、高野 さん、山野辺 さん
- 銀賞 1年：津浦 さん、玉川 さん
 2年：井上 さん、渡部 さん、前田 さん、野崎 さん
 3年：佐藤 さん、菅野 さん、郡山 さん、目黒 さん
 岡田 さん、小池 さん、牛来 さん
 4年：大内 さん、鈴木 さん、中野 さん、舘山 さん
 作内 さん
 5年：小野内 さん、岡田 さん、石川 さん、津浦 さん
 6年：舘山 さん、牛来 さん、小椋 さん、遠藤 さん

◆ 第61回福島県書き初め展（硬筆の部）

- 特選 1年：渡部 さん、渡部 さん、2年：池田 さん、水戸 さん
- 金賞 1年：佐藤 さん、白井 さん、稲垣 さん、高野 さん
 酒井 さん
 2年：及川 さん、森 さん、武田 さん、林 さん
- 銀賞 1年：池田 さん、津浦 さん、木幡 さん、松崎 さん
 菅野 さん、佐久間 さん、目黒 さん、下浦 さん
 2年：井上 さん、唯野 さん、小椋 さん、菅原 さん
 船山 さん、小椋 さん、村山 さん

お知らせ

3月には、子どもたちの卒業や進級を祝ってセレクト給食やバイキング給食が行われます。そのため、次の日にはお弁当を持たせてくださるようお願いいたします。

- ◆ **3月2日（木）** セレクト給食（1～5年生は給食あり）のため、**6年生のみ弁当**を持たせてください。
- ◆ **3月8日（水）** バイキング給食（6年生のみ給食あり）のため、**1～5年生は弁当**を持たせてください。
- ◆ **3月21日（火）・22日（水）** 給食調整日のため、**全学年弁当**を持たせてください。