

食育だより

倉敷まきび支援学校 食育係

★知的障害部門・小学部の1年間の取り組みについて紹介します！！

★小学部の大好きメニュー



キムチラーメン



夏野菜カレー



味噌ラーメン



アップルシャーベット



月見だんご



イチゴヨーグルト

やさいをそだてよう！（1年生）

1年生は、生活単元学習でミニトマトとピーマン、サツマイモを育てました。苗植えや水やりも頑張りました。収穫したトマトとピーマンは、スパゲティナポリタンに。サツマイモは焼き芋に。焼き芋は、スペシャルゲストの校長先生が火を起こしてくれました。苦手な野菜も、自分たちで作った物だと特別で、みんなぱくぱく食べました。



育てて調理したよ（2年生）

2年生は、苗から植えて育てたサツマイモを使って、みんなでホットケーキやパイ、ベビーカステラを作ること決めました。調理では、役割分担をして作ったり、すべての工程を自分で作ったりしました。自分たちが食べるのも嬉しかったのですが、友達やいろいろな先生たちに食べてもらうのも嬉しくなりました。



たけのご飯でおにぎり作り（3年生）

3年生は、秋の校外学習で「まびいきいきプラザ」に行き、調理室で真備町のボランティアの方に教わりながら、たけのご飯のおにぎりを作りました。そして、ボランティアの方が作ってくださった、たけのこのきんぴらやお吸い物をみんなで一緒においしく食べました。最後に、おにぎりの作り方のレシピをお土産にもらいました。楽しいふれあいの時間は、あっという間に過ぎました。



3学期 給食週間 ～カルタづくり・会食など～（4年生）

4年生は、給食週間について紹介します。給食週間では、食に関するカルタを作ったり、養護教諭の先生と一緒に給食を食べたり、味噌ラーメンができるまでのDVDを見たりしました。集会で、元気マンの劇を見て、「好き嫌いせずに食べる」ということがわかりました。4年生は、給食を残す児童は少なく、毎日モリモリ食べています。これからもしっかり食べて健康な体をつくってほしいと思います。



宿泊学習で夕食を作ったよ！（5年生）

5年生は、宿泊学習で焼きそばを作りました。自分たちで材料を買いに行くことで、どんなものからできているのか知ることができました。調理では、集中してキャベツやにんじんを切り、ホットプレートで炒めて完成することができました。皆で力を合わせて作った焼きそばはとても美味しく何度もおかわりをして食べました！！



ランチルームで給食 ～校外学習での外食に向けて～（6年生）

6年生は、1学期に校外学習として、電車に乗って岡山駅に行き、「岡山高島屋」で昼食を食べることを計画しました。そのために、いつもは教室で食べている給食をランチルームで食べてみました。いつもと違う場所での給食でしたが、落ち着いて食べることができ、校外学習当日もマナーを守って食べることができました。



★いろいろな食べ物に慣れよう★

知的小学部では、偏食が強く、ペースト食から少しずつ、さまざまな味に慣れるという取り組みをしている児童がいます。現在は、ペースト食なら、ほとんどのメニューをパクパクと食べられるようになりました。魚のほぐし身は大好きで、最近は、小さく刻んだ野菜を混ぜても食べられるようになってきました。

少しずつ！一歩ずつ！

