

2020年



川場村学校給食センター
TEL:52-2529

生活リズムは崩れていませんか？
バランスのとれた食事を決まった時間に食べるなど、食生活を整えたり、適度に運動をしたりして、免疫力が下がらないように気をつけましょう！



季節の行事「端午の節句」

5月5日は端午の節句です。男の子の健やかな成長と立身出世を願う行事です。「こいのぼり」を立てたり、「かぶと」や「よろい」などを飾り、「ちまき」や「かしわもち」を食べて祝います。これらの飾りや食べ物には、子どもたちの健康や将来への願いが込められています。

日本の大切な行事を
家族みんなで
祝いましょう！

こいのぼり



「鯉が激しい滝をのぼると竜になる」という中国の伝説から、人生で起こる難関を鯉のように突破し、出世してほしいと願う。

かぶと・よろい



「かぶと」や「よろい」は、命を守る武具であったことから、災いから守ってほしい、強くたくましく育ってほしいと願う。

ちまき



「ちまき」には、病気や悪いことを払いのける力があるとされることから、災いが降りかかってこないようにと願う。

かしわもち



柏の木の葉は、新芽がでるまで古い葉が落ちないことから、「後継ぎが絶えない」「子孫繁栄」の縁起物とされ、健やかな成長を願う。

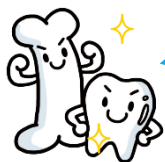


日本の牛乳を救う「プラスワンプロジェクト」

～毎日牛乳をもう(モ～)1杯。育ち盛りはもう(モ～)1パック！～

緊急事態宣言によって、学校給食や外食産業における牛乳や乳製品の消費の減少が懸念されています。

農林水産省は、酪農家を支えるため、牛乳やヨーグルトを普段より1本多く消費することを推進する「プラスワンプロジェクト」を開始しました。



牛乳には、骨や歯を丈夫にしたり、気持ちを落ち着かせたりしてくれるカルシウムという栄養素がたくさん含まれています。そのため、ほぼ毎日の学校給食に取り入れられています。
給食がない日も、自分の体のために、毎日飲むようにしましょう！

牛乳料理を作ってみよう！

🔍 農林水産省 牛乳 レシピ で検索！

「牛乳・乳製品に関する新型コロナウイルス関連情報：農林水産省」の web ページに「2. 牛乳・乳製品を使ったレシピの紹介」があります！

おうち時間の楽しみのひとつとして、家族みんなで料理にチャレンジしてみましょう！



ヨーグルトをつかった簡単スコーン！

【材料(6個分)】

ホットケーキミックス	200g
プレーンヨーグルト	60g
サラダ油	大さじ1
板チョコ	1枚

【作り方】

- ①ホットケーキミックスにヨーグルトとサラダ油を加え、ゴムべらなどで、切るよに混ぜる。
- ②板チョコを一口大に割って①に加え、全体をひとまとまりにする。
- ③長方形に形を整え、包丁に6等分に切って、オーブンシートにのせる。
- ④180℃に余熱したオーブンで約18分焼く。