



もうすぐ冬休みです。クリスマスや大晦日、お正月など行事がたくさんあります。特に、日本の行事として年末の大掃除や「年越しそば」を食べる、お正月のお料理「おせち料理」の準備をするなど日本独特の行事があります。今年、「和食」がユネスコの無形文化遺産として登録され、日本料理が見直されています。この休み中に「我が家の日本料理」を家族で話し合ってみませんか？年末年始は、みんな忙しているの

今年もクリスマスバイキング給食を実施しました。

毎年、調理員さんと「今年、どんな献立にしようか？」と早くから相談しています。今年の献立は『ごはん、牛乳、きりぼし大根煮、わかめの酢の物、ブロッコリー、ポークチャップ、イカのリングフライ、タンドリーチキン、マッシュポテト、ウインナー、みかん、チーズケーキ』でした。にがてなおかずは少し減らして、好きなおかずは合図とともにかわりが出来ます。本校だけのバイキング給食のルールです。でも、ホテルやレストランのバイキングの食事にもにがてなおかずを少しだけでも食べてほしいですね。今年、きちんと手洗いの指導をして、大勢で食べる時の衛生管理の大切さを知らせることができました。



中学部で食育、「ふるさと和歌山、食べて学ぼう」、郷土食作りを体験しました。



中学部では、12月19日に和歌山県より募集のあった「郷土食」の調理体験を実施しました。農作業班では、この学習にむけて10月に「高菜」の種をまいて、育てました。12/17の朝、成長が少し遅れていましたが、大きい葉っぱを選んで収穫し、午後の授業でお漬物にしました。売っている高菜とは、かなり大きさが違いましたが、きれいな漬物ができあがりました。この「高菜漬け」は次の調理の時間に使用したいと思っています。今回の調理実習では、もってきていただいた「高菜」を使って、「めはりずし」を作りました。食べ物を育てるために労働する、おいしく食べるために調理する、おいしくいただく、この一連の流れを体験してもらうことで、具体的な「食と農」の関係を知らせたいと考えています。「もったいない」「がんばってよかった」「おいしくできてよかった」などそれぞれの思いが、より深いものであってほしいと願っています。

試食つきの和歌山の食材あてクイズや郷土料理あてクイズを事前学習で実施しました。



海草振興局の方から郷土食の説明がありました。



小学部では、「りりこトマト」を使ってクッキーを焼きました。



夏に収穫して冷凍していた「りりこトマト」を電子レンジでドライトマトに変身させました。電子レンジを使うごとに水分が出てきます。それをていねいにふき取りながら皮を取ったり、種を取ったり繰り返して同じ作業が続きます。トマトの苦手な人、好きな人も作業をがんばりました。



高等部の農作業班が育てた「だいこん」を給食で使っています。

高等部農作業班が育てた、今年最初の「大根」を給食の「飛鳥汁」に使用しました。1年生が朝から収穫してくれたきれいなりっぱな大根です。たいせつに育てた野菜をみんなに食べてもらう、和附特の「地産地消」を知ってほしいと思います。



冬休みの生活について

- ①お菓子やジュースのとりすぎに注意しましょう。
②ゆっくり噛んで食べましょう。
③野菜をたっぷり食べましょう。
④早く寝て、生活習慣を整えましょう。
⑤外で元気に遊びましょう。
⑥食事作りなど家のお手伝いをしましょう。
⑦きれいな食事が少なくなるように努力しましょう。
⑧毎日体重を計って、健康管理をしましょう。



これからの季節は、インフルエンザやノロウイルスなど流行性の病気が蔓延してきます。ご家庭でも学校でも予防対策がとても重要になってきます。学校では、ていねいな手洗いとうがいを推奨しています。今後も学校と家庭が、情報を密にやりとり、安全対策、衛生対策を心掛けていきたいと思っています。ご協力よろしくお願ひします。本年もありがとうございました。