

「野菜を食べて元気モリモリ〜!」 8月31日(野菜の日)の取組

8月31日は、「8(や)3(さ)1(い)」のごろ合わせから、野菜について「もっと知って、食べてほしい」との願いを込めて「野菜の日」とされており、本校でも毎年取組を行っています。

この日の給食は、「野菜の日献立」で、小学部から高等部まで人気の高い夏野菜カレーとフルーツヨーグルトでした。児童生徒たちは夏の太陽の光を浴びておいしく育ったトマト・ナス・カボチャなどの夏野菜がたっぷり入ったカレーをモリモリ食べて、多くの学級の食缶が空っぽになりました。

また、小学部では、万願寺とうがらしにふんした野菜マンが各教室を順番に回り、「好き嫌いなく野菜をしっかりと食べると体の調子がよくなるんだよ!」などと、野菜を食べることの大切さを教えてもらいました。児童たちは、野菜マンの「野菜を食べて〜」の掛け声に合わせて、「元気モリモリ〜!」とみんなで合言葉を答えるなど、野菜に親しみ、食への意識が高まるとてもよい機会となりました。

これから他の日の献立にもトマトや、ナス、ズッキーニなど夏野菜が登場します! 旬の野菜はおいしくて栄養価も高いです。また、夏バテや熱中症の予防などの効果もあり、たくさん野菜を食べて元気モリモリ! になりましょう。

