

「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。

