

～大麻小食育通信～ ペロリッ!!

8月9月の食育目標：江別の食材を知ろう！

江別市立大麻小学校 2026.8.28

栄養教諭



～保護者の皆様～

食生活アンケートにご協力お願いします！

本校では健康に過ごすための基本的な生活習慣の定着を高めるため、取り組みを進めているところです。今回は、より実態に合わせた発信ができるよう児童の食生活等に関するアンケートを実施します。

つきましては、ご多用のところとは存じますが、アンケートの回答へご協力をお願いします。複数の児童が在籍する場合でも、1人の児童に対し、1回答をお願いいたします。**9月11日（金）が締め切り**となります。不明な点は、栄養教諭 佐藤までご連絡ください。

ご協力、どうぞよろしくお願いいたします。ご不明な点がございましたら、学校（栄養教諭：386-5301）までお願いいたします。



↑こちらから回答することができます。



災害に備えましょう！

平成30年9月6日に起こった「北海道胆振東部地震」から8年が経ちました。ブラックアウトや断水によって数日間ライフラインが途絶えました。最近では熊本の地震のように、災害はいつ起こるかわかりません。これから寒い季節に入っていきます。常温で保存できる食材を多めにストックしておきましょう。

備えておきたい食料リスト

日頃から利用できる食料備蓄の一例です。

- | | | |
|--|---|--|
| 【主食】
☐ 米（無洗米が便利）
☐ レトルトごはん・おかゆ
☐ アルファ化米
☐ 缶入りのパン
☐ 粉物（小麦粉など）
☐ 乾めん（そうめん、パスタなど）
☐ もち | 【主菜】
☐ 肉、魚、豆の缶詰
☐ カレーなどのレトルト食品
☐ 乾燥豆
【副菜】
☐ 野菜の缶詰、瓶詰
☐ 切り干しだいこんなどの乾物
☐ 日持ちする野菜 | 【果物・菓子】
☐ ドライフルーツ
☐ 果物の缶詰
☐ チョコレート
【飲料】
☐ 水
☐ 茶
☐ ジュース
【調味料】
☐ 砂糖
☐ 塩
☐ 酢
☐ しょうゆ
☐ みそ |
|--|---|--|



えべつさんしよくざい し 江別産食材を知ろう！



〈生しょうが〉

江別市の給食では、多くの江別産食材を給食で使っています。8月はとうもろこしやピーマン、キャベツなど旬を迎えた食材が登場します。江別市は、作っている食材の種類も多いので、生しょうがや紫玉ねぎなど珍しい食材も給食で使わせてもらっています。とれたて野菜は、味はもちろんのこと、栄養価も高いです。