



5月 給食だより

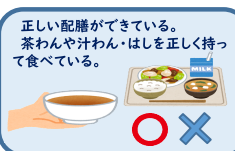
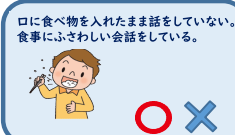


令和7年(2025年)
水戸市教育委員会
水戸市立〇〇〇小学校



マナーを守って、食事を楽しみましょう。

食事には、楽しむために、守らなければならないマナーがあります。ひとりひとりがマナーを守って、楽しい食事の時間になるようにしましょう。下の絵を見て、自分ができているかどうか、チェックをしてみましょう。○はいくつありましたか？

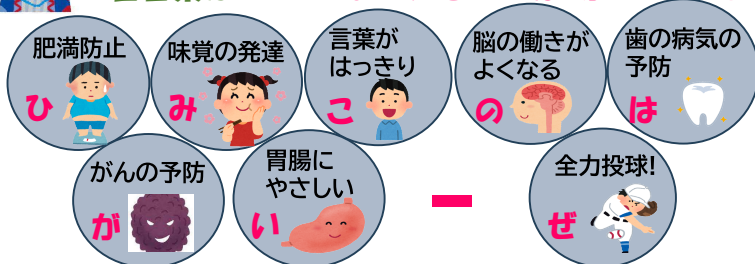


★ よくかんで食べることは、窒息予防につながるなどさらによいことがたくさんあります。



＜かむとよいこと・・・＞

合言葉は・・・「ひみこのはがーぜ」



＜危険!! このような食べ方をしていませんか?＞

食べ物を口に入れたまま話をしている。 早食い・一気に飲みをしている。 パンをつぶしたり、かじったりして食べている。 口の中につめ込みすぎたり、かきこんだりしている。



よくかんで、マナーを守って、安全に楽しく食事を楽しみましょう。



令和6年11月に水戸市と台南市は「友好交流都市」ととなりました！
この交流を記念し、今月の給食では「台湾産パインアップル」を提供します。



水戸市と台南市(台湾)との関わり

「飛虎將軍」について

のちに「飛虎將軍」と称される杉浦茂峰氏は、水戸市出身で、五野尋常小学校、三の丸尋常高等小学校を卒業した日本の軍人です。

太平洋戦争中の1944(昭和19)年10月12日、戦闘機で出撃し、台湾の台南市上空でアメリカ軍の戦闘機と戦いますがけがれを受けてしまいます。その際、人々の住む集落をさけて、畑の中に落ちて戦死したとされています。

戦争の後、集落の人々は杉浦氏を、自分の生命をぎせいにし、戦火から集落を救った恩人としてまつろと、1971(昭和46)年に「祠」を建てました。杉浦氏には「飛虎將軍」の称号が与えられ、現在も地元の守り神として住民によって手厚くまつられるとともに、「飛虎將軍廟」として建て直され、多くの旅行者も訪れるスポットとなっています。

※「飛虎」は戦闘機を意味し、「將軍」は杉浦茂峰氏を敬う気持ちを表した呼び名です。

友好交流都市へ



杉浦氏が飛虎將軍として長年まつられてきたことなどをきっかけとして、水戸市と台南市では、子どもたちのスポーツを通じた交流や友好交流使節団の訪問など、さまざまな交流が進められてきました。こうした交流が実を結び、令和6年11月22日に両市の間で協定が結ばれ、水戸市と台南市は友好交流都市となりました。今後さらに交流を進め、友好関係を築き、お互いの平和と発展のために努力していくことを市長同士が確認し合いました。この協定を記念して、台南市において、飛虎將軍廟がある安南区に新しく造られる道路に、「水戸街」という呼び名が付けられました。



我が家のおすすめ料理

～うま味を生かした減塩料理レシピ～

あご出汁の健康みそ汁

給食実施!

《第四中学校 2年生 生徒考案レシピ》

他の野菜でもおいしくできます!

＜材料(約4人分)＞

- ・長ねぎ 1.5本
- ・大根 1/8本
- ・キャベツ 1/16個
- ・あご出汁(顆粒) 8g
- ・味噌 50g
- ・水 500cc

《作り方》

- ①長ねぎは小口切り、大根はいちょう切り、キャベツはざく切りにする。
- ②鍋に水を入れて、大根を入れて火にかける。
- ③沸騰したら、キャベツを加え、あご出汁を入れる。
- ④長ねぎを加え、味噌を入れて完成!

★おいしく減塩するポイント★

出汁と野菜のうま味を生かすことで、味噌の量を少なくできます。

1日の食塩目標量

男性	女性
【6～7歳】 5.0g未満	【6～7歳】 5.5g未満
【10～11歳】 6.0g未満	【10～11歳】 6.0g未満
【12～14歳】 7.0g未満	【12～14歳】 6.5g未満
【成人】 7.5g未満	【成人】 6.5g未満



*学校給食で使用する食料や給食一食分の放射性物質の測定を実施しております。

〇月〇日()の給食(全量)(食料〇〇)の放射性物質測定を実施しました。検査結果は〇〇でした。