

ランチタイム

令和7年(2025年) 12月
城陽市立学校給食センター
中学校

インフルエンザや風邪がとても流行しています。体調をくずさずに元気に過ごすには、
どうすれば良いでしょうか？自分の生活習慣を見直して、健康な生活について考えてみましょう。

今月は、寺田いもを納品してくださる奥村さんと大根を納品してくださる吉岡さんの
畑を見学させていただきました！

寺田いも



奥村さんは荒州地区で寺田いもを育てて
おられます。給食用に五郎島金時、芋ほり用
にシルクスweet、紅はるかや、ふくむらさ
きというむらさきいもなどたくさんの品種
を栽培されています。

畑はとても広く、幅は100m以上もあり
ました！

甘くておいしい寺田いもにする
ために、魚粉などの肥料を混
ぜて栽培するなどの工夫をた
くさんしてくださっていま
す！

収穫作業はスコップを使っ
て手作業で行われます。



咲くのが珍しいさつまいもの花も
開花していました♪アサガオの花
によく似ていますね。



大根



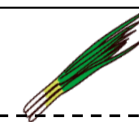
吉岡さんは荒州地区で大根やかぶ、
寺田いもなどを育てておられます。

昼間はあたたかく、秋には雨がたく
さん降ったことで、9月中旬頃に種を
まいてから、2か月半ほどで立派な大
根に成長したそうです！

吉岡さんの大根は甘味がある
のが特徴で、水分もたっぷり含
んでいるそうです♪
畑には、1000本以上の大根が
土から頭を出していました。



12月使用予定の城陽産野菜



<small>みずの</small> *水野ファームさん	青ねぎ	158kg
<small>いのうえしげお</small> *井上重生さん	大根	152kg
	白菜	167kg
<small>よしおかひでお</small> *吉岡秀夫さん	大根	470kg
<small>しみずみき</small> *清水美紀さん	寺田いも	22kg
<small>おくむらさなえ</small> *奥村早苗さん	寺田いも	100kg
	むらさきいも	68kg
<small>やまさきこ</small> *山崎ミサ子さん	寺田いも	135kg
<small>おおむらのぶこ</small> *大村延子さん	白菜	100kg

地元でとれた野菜は、
新鮮でおいしく、
栄養も愛情も
たっぷりです。



「食べもののはたらきをしよう」

10月に各小学校の2年生を対象に授業を行いました。食べものは、はたらきによって3つのグループに分けられることを学習しました。



エネルギーの
もとになる

きさく

からだ
体をつくる
もとになる

あかべえ

からだ
体のちょうしを
ととのえる

みどすけ

児童の感想より

今日、お肉、にんじん、ごはんなどは、それぞれのやくわりをもつことが、わかりました。

わたしはだいたいあかべえばかり食べていたから、バランスよく食べたいです。

きゅうしょくできれいなたべものがでたときは、がんばってたべる。

にがてなやさいも、体の中ではたらいてくれているとはじめて知って、これからはにがてなやさいでもちゃんと食べようと思いました。

3年生「旬のよいところをしよう」

11月に、各小学校の3年生を対象に食べ物の「旬」について授業を行いました。食べ物の旬や旬のよさについて、ロイロノートを活用しながら学びました。季節を感じながら食事ができるといいですね。

児童の感想より

これからはしゅんのものを食べて、より多くのえいようをもらっていきいたいし、かそくにしゅんの食べ物を教えてあげておいしいものを食べてもらいたいです。

わたしがごはんを作る時はスーパーに行った時に旬の食べ物を買ってその食べ物で食事を作りたいです。

食事の時に食べ物を見てしゅんの時期の食べ物を見て考えてみたいと思いました。

今まではえいようかなどいつでもいっしょだと思っていたけど、しゅんだとえいようがいっぱいあるとわかった。



時期にあっている食べ物を大切にします。

新年への願いを込めた

お正月の行事食

新しい1年の始まりであるお正月は、その年の幸福や豊作をもたらす「歳神様」(年神様)を各家庭にお迎えする日本の伝統行事です。家族そろって、おせち料理やお雑煮といった正月料理を食べて、新年の無事を祈ります。現在では、洋風や中華風などバラエティー豊かなおせち料理が販売されていますが、伝統的なおせち料理には、新年への願いを込めた縁起の良い食べ物が使われています。



伝統的なおせち料理の意味や込められた願い

※地域や家庭によって違いがあります。



一の重

二の重

三の重

一の重 (祝い肴・口取りなど)

- 黒豆** まめ (まじめ・健康) に暮らせるように。
- 数の子** 子宝に恵まれるように。
- 田作り (ごまめ)** 豊作を願って。
- たたきごぼう** 家族や家業が土地に根を張るように。
- 伊達巻** 知識や教養が身につくように。
／着るものに困らないように。
- きんとん** 金運に恵まれるように。
- 紅白かまぼこ** 赤は魔除け、白は清浄を表す。

二の重 (酢の物・焼き物など)

- ブリ** 出世できるように。
- タイ** 「めでたい」の語呂合わせ。
- エビ** 長生きできるように。
- 紅白なます** お祝いの水引を表す。

三の重 (煮物など)

- 里いも** 子宝に恵まれるように。
- れんこん** 将来を見通せるように。
- くわい** 出世できるように。
- 昆布巻** 「よろこぶ」の語呂合わせ。



地域の食材を使って作るもち入りの汁物です。もちの形、具材、汁の味つけ、調理方法など、地域や家庭によって特色があります。もちを入れない地域もあります。