

すくらむ

東大阪子ども市政だより
第30号 令和元年12月
(2019年)

発行:東大阪市 市長公室 広報広聴室 広報課
〒577-8521 東大阪市荒本北一丁目1番1号
電話06 (4309) 3000
FAX06 (4309) 3821
市ウェブサイト
<https://www.city.higashiosaka.lg.jp/>
市公式フェイスブック
<https://www.facebook.com/higashiosaka.city> ました



9月1日、市文化創造館がオープンし

市内のなかまたち 小学校1年生 3563人 2年生 3587人 3年生 3637人 4年生 3742人 5年生 3773人 6年生 4011人 (令和元年5月1日現在)



食について考えよう おいしい!楽しい!学校給食

みんなはもう小学生の給食を好き嫌いで食べていますか?
食事はみんなの成長に必要な栄養がたくさん含まれています。学校の給食は、おいしく食べられて、元気な体になるよ。たくさんの方が考え、また協力してできあがっています。

みんなが毎日学校で食べている給食ができるまでを見てみよう。



森河内小学校 11/22の給食 和食を食べて笑顔いっぱい!

11月22日に森河内小学校にお邪魔しました。
11月24日は、「11」の語呂あわせから、「1」社和食文化国民会議が「和食の日」と決めています。
和食の日は、和食文化の大切さを考える日として、和食を食べる取組みが

進められており、東大阪市の給食でも、和食の日に近い11月21日・22日には、和食に欠かすことのできないだし汁を使った「豚汁」と「せん切り大根の炊め煮」が登場しました。
みんなも和食のすばらしさを知って、和食文化を未来へつなげていきたいと思います。

和食の特徴を知ろう!

- 新鮮な食材と味わいを活かす知恵
全国各地のさまざまな食材と味わいを引き出す技
- 栄養バランスが良く、健康的
和食の基本「一汁三菜」
- 自然の美しさを表現
四季を楽しむ飾りつけやおもてなし
- 年中行事との関わり
お正月のおせち料理や月見団子など

食文化を学ぼう

食文化を伝えることは、学校給食の大切な役割の一つです。

季節ごとの行事やお祝いの日に

行事食



お正月や節分など、季節ごとの行事や、お祝いの日に食べる特別な料理を「行事食」といいます。行事食にはその季節にあった旬の食材が取り入れられたり、家族の健康や子どもの健やかな成長などを願う意味がこめられています。

給食での行事食の例（給食では、家庭と重ならない日に実施しています）

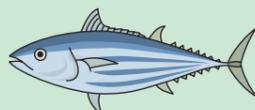
月・行事	献立
1月 お正月	黒豆、みそ雑煮
2月 節分	大豆のりんかけ（節分豆）、大根の味噌汁、いわしの電田揚げ
5月 こどもの日	かしわもち、ちまきなど
9月または10月（中秋の名月の時期） お月見	みたらし団子、里芋の味噌あえなど
12月 冬至	パンキンフライ、パンキンスープなど

今年度は1月9日・10日

今年度は1月30日・31日

地域の伝統的な食文化

郷土料理



地域の特産物を活かして、その地域独自の調理方法で作られ、今に伝えられている料理を「郷土料理」といいます。今年の6月には、郷土料理「生節の押しずし」をアレンジした「生節のそぼろ」が給食に登場しました。来年1月27日・28日には「かしわのすきやき」も登場します。

生節の押しずし



河内地区の郷土料理の一つである生節の押しずし（写真）は、お祭りやお祝いごとなどのときに食べられていました。昔は生ものが手に入りやすく、かつおを煮したもの（ゆでる場合もあります）を、半分乾燥させた生節を使って、押しずしを作り、ごちそうとして楽しんでいました。

中学校給食

今年4月から

順次スタート!



東大阪市では、中学生にも栄養バランスのとれた食事を提供し、心と体を健康にするために、食に関する正しい知識や習慣を身につけられるよう、温かくおいしい中学校給食を順次開始しています。

開始年度	中学校
平成31年度	池島学園（後期課程）、くすは縄手南校（後期課程）
令和2年度	縄手、孔舎衛、若江、新喜多、金岡、意岐部、小阪
令和3年度	盾津、盾津東、長栄、上小阪、楠根、弥力、柏田、布施
令和4年度	枚岡、石切、縄手北、玉川、英田、花園、高井田、長瀬

地域の食文化がわかる
新鮮な農産物が食べられる
地産地消のメリット
農産物を運ぶ距離が短くなるため、値段が安く、環境にもやさしい
作っている人の顔が見えやすいため、安心して安心



桶根東小学校の近くで野菜を作っている大西博さん。給食では主に、小松菜を使っています

地元の食材を食べよう！
地産地消のメリット
地産地消とは、その地域で作った食材を、その地域で食べるという意味です。給食では、大阪府内で作った野菜や米を使用する取組を進めています。また市内で作った野菜や米も各学校で年1回以上使用しています。

地産地消のメリット

元気のもとが いっぱいつまった給食!!

給食ができるまで

2. 食材選びと納品・検収

品質や味などを確認し「安全・安心」な食材を選びます。また、納品された食材などの確認もします。



みんなが食べている給食ができるまでには、たくさんの人が関わっています。作っている人たちの思いを知って、みんなもごはんをしっかりと食べて元気な体をつくりましょう。

1. 献立を考える

栄養教諭などが献立を考え、先生や保護者、調理員の代表などが話し合いをして決定します。



栄養教諭とは…栄養のとり方などについて正しい知識をもつ「食」の専門家です。

3. 調理

安全でおいしい給食を作るために、材料の切り方や炊き方、炒め方、味付けなどのほか、衛生にも充分注意して調理します。



調理員の増井厚彦さん（左）と坂上晃大さん（右）

おいしく作るのと同時に、食中毒などの事故を起こさないよう、衛生管理にもとても気をつけています。みんなに「おいしい!」と言ってもらえるよう、毎日がんばっていますので、しっかりと食べてくれるとうれしいです。

4. 配送

できあがった給食をコンテナに積み、専用の配送車で学校まで届けます。



約1mの大きさ、釜の大きさは約1mあります

※4は学校給食センター・共同調理場対象校のみ。

食の大切さと

楽しい学校給食

私たちは、給食作りのルールの中で「安全・安心・栄養満点」おいしい給食にしています。献立をつくっています。また、行事や教科との関わりのある献立もつくっています。

例えば、今年度は「ワールドカップ」が開催されたので、花巻で試合をする国の料理をアレンジして出しました。ジョージアの「オジャクリ」、イタリアの「ピザソース」など、その国の食文化を味わうことができたと思います。

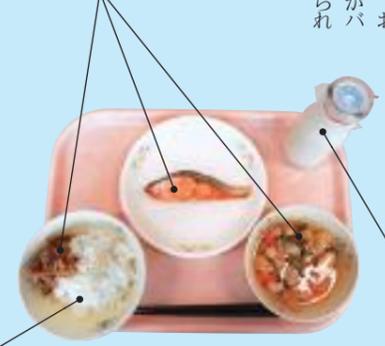


河内小学校の指導栄養教諭の茅原真美さん

ほかに「年生の国語の教科書に出てくる」サララたげんきのりっちゃん、のサララをイメージしたサララたげんも挑戦しました。みんなで授業を振り返りながら、盛り上がりた声が聞かれました。給食では1年間に約300種類以上の食材や調味料を使っています。いろいろな味や料理と出会って、その中から食の事、文化の事、栄養の事を考えたいです。

おかず

野菜、きのこ、海藻などは、主に「ビタミン」「ミネラル」「食物繊維」がとれ、体の調子を整えてくれます。肉、魚、卵、大豆などは、主に「たんぱく質」がとれ、筋肉や血など体をつくるものになります。



ごはん・パン

食事の中心になる食べ物です。主に「炭水化物」がとれ、エネルギーのもとになります。

牛乳

主に「カルシウム」や「たんぱく質」がとれ、丈夫な骨や歯など体をつくるものになります。

栄養バランスが 考えられた給食



東大阪市在住

ラグビー日本代表 トンブリン ルーク選手

花園友情大使に！

ラグビーワールドカップ2019日本大会で大活躍した本市在住のトンブリン ルーク選手が花園友情大使になりました(上写真)。今後、トンブリン選手にはラグビーの聖地「花園」の魅力が国内外のたくさんの人に伝えるお手伝いをしてもらいます。

ワールドカップ2019日本大会で日本代表の史上初のベスト8入りに貢献しました。日本代表として初めて4大会連続での出場となり、今大会は日本代表の最年長の選手でもありました。現在は、市花園ラグビー場を本拠地とする近鉄ライナーズに所属し、先月始まったトップチャレンジリーグで

の優勝をめざしてがんばっています。

11月25日に市役所本庁舎で行われた花園友情大使の就任式で、トンブリン選手は「花園は特別な場所。14年間花園でプレーしてたくさん思い出がある。たくさんのファンやサポーターに感謝しています。また花園に戻ってきた」と笑顔で話していました。

また、トンブリン選手の市花園ラグビー場での最後の試合となった11月24日には、1万5000人を超える人がスタジアムに駆けつけ、大きな声援を送っていました(下写真)。



“伝えたい”気持ちが大切



手話

を使って

コミュニケーション

～八戸の里小の巻



11月26日、八戸の里小で2年生65人が手話を学んだよ。左写真。市では今年4月、手話を広めるため、また、聴覚に障害がある人に対する社会の理解を深めるため、「東大阪」市みんなでトライする手話

言語推進条例)をつくらなただって。手話を使う人を含めた全ての市民が支えあいながら安心して暮らせるまちをめざしているよ。

この日は、ボランティアグループ「手のひらの会」から8人の方が手話を教えてくれたよ。

話をまじえながら挨拶。グループのメンバーが2年生のみんなの前に並んで、「この中で、耳が聞こえる人、聞こえない人はどの人かわかりますか」と質問されたけれど、見た目でさずに体を使って表現するジェスチャーゲームをした

なかつたんだ。

また、「おはよう」「ありがとう」「さようなら」などの基本的な挨拶の手話を教えてもらうと、みんなすぐに覚えて使ひこなしていたよ。そのあと、「花」「サツカー」「牛」乳など、与えられたキーワードを声に出さずに体を使って表現するジェスチャーゲームをした



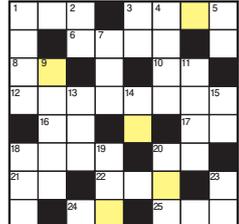
また、「おはよう」「ありがとう」「さようなら」などの基本的な挨拶の手話を教えてもらうと、みんなすぐに覚えて使ひこなしていたよ。そのあと、「花」「サツカー」「牛」乳など、与えられたキーワードを声に出さずに体を使って表現するジェスチャーゲームをした

よ上写真。正式な手話も教えてもらったけれど、伝えたいという気持ちがあれば、ジェスチャーでも相手に伝わるのがわかったね。手話を学んだ藤菜々さんは「最初は手話を知らなかったけれど、いろいろな手話を教えてもらって楽しかった」と話し、眞渡真羽さんは「ジェスチャーゲームは少し恥ずかしかったけれど、ちゃんと伝わってわかった」と話していたよ。

クロスワードパズルに挑戦！



おうちの人といっしょに考えてね。抽選でトライくん人形(写真)またはエコバッグ・花の種をプレゼントするよ！



答え：□□□□□

ヒント：今回の「すくらむ」のどこかに答えがあるよ。

〈タテのカギ〉と〈ヨコのカギ〉を解いて、カギと同じ数字の書いてあるマスから1文字ずつ埋めてください。最後に、色のついたマスの文字を組みあわせてできる言葉が答えです。答えがわかったら、応募して景品をゲットしよう。

ハガキにクイズの答え、「すくらむ」の感想と今後取りあげてほしいこと、住

所、氏名、学校名、学年、電話番号を書いて、1月31日(必着)までに郵送してください(ファクス、Eメールも可)。正解した小学生の中から抽選で3人にトライくん人形と15人にエコバッグ・花の種をプレゼント。当選の発表は景品の発送をもってかえさせていただきます。

- 〈タテのかぎ〉
- 給食のメニュー。栄養教諭などは必ずこれを考えます。
 - 東大阪はラグビーのまち。●●づくりのまち。
 - で戸締りをしっかりしよう。
 - 食事代を人数で均等に割ること。
 - サンタクロースは●●に乗ってやってきます。
 - ⇒液体⇒気体
 - コンテストなどで点数をつけて評価する人。
 - 名古屋の名物といえは●●●●。
 - 少羊よ、●●●を抱け。
 - 食べるときは、30回以上●●●ことが大事です。
 - もも●●3年、かき8年。
 - お正月に食べる料理。
 - 海にいる哺乳類。漢字で海豚。
 - 荷物や人を運ぶもの。18歳から免許が取得可能。
 - 海に面していない県の1つ。大阪府と隣接しているよ。
- 〈ヨコのかぎ〉
- ⇒おとな
 - 米に潜って魚を捕る、イタチに似た動物。
 - 木など堅いものを引き切る工具。
 - かつお節や昆布を煮て出した汁。
 - じゃんけんで、グーは石、チョキははさみ、パーは？
 - 夜空で星座を探したり、流れ星を染しんだり、双眼鏡で観察したりすること。
 - ゾウに次ぐ大きな草食動物で、角が1本～2本あるのは。
 - 100の10倍。
 - するように定められた約束ごと。
 - 奈良公園にたくさんいる動物。
 - 寝るときに頭の下に置くもの。

応募先 577-8521 市役所広報課 06(4309)3102, FAX 06(4309)3821, koho@city.higashiosaka.lg.jp

20%古紙配合率70%再生紙を使用しています