



## 上福島小学校 食育通信

令和6年度 10月食育週間【10/7(月)～10/11(金)】

### 一口メモ

○今週は、10月の食育週間です。食育通信をタブレットで  
み  
見ることができますようにしています。

こんげつ  
今月もチャレンジしてください。

きょう  
きゅうしょく  
○今日の給食のデザートに、かき(ひらたねなしがき)がでます。

かきには、あまがきとしぶがきがあります。



あまがきの代表ふゆうがき

かきには、もともとしぶみの成分の  
せいぶん  
タンニンがふくまれています。

あまがきは、収穫するときにしぶみ  
せいぶん  
成分が感じにくい成分に変わります。

しぶがきもしぶぬきをしたり、ほしがきにしたりすること

で、しぶみ成分が感じなくなります。

きょう  
きゅうしょく  
今日の給食のひらたねなしがきは、しぶがきですが、  
しぶぬきをしています。給食室で(株)キヨウワプロテック  
かたがた  
の方々が106このかきの皮をむいてくださいます。



うえ ふくしましょうがっこう  
上福島小学校にも

きゅうしょくしつ  
給食室のあたりにかきの木があります。また見てみてください。

こんげつ  
がつ  
にち  
ひ  
今月の10月26日は、「かきの日」

まさおか し き  
です。正岡子規という方が

かきく  
「柿食えば 鐘が鳴るなり 法隆寺」という句をよん  
ひ  
だ日をかきの日と決めたそうです。

【クイズ】 かきを一番たくさん作っているところは、どこでしょうか。

① 奈良県

② 京都府

③ 和歌山県

こたえ  
答えは、明日の通信でお知らせします。

きのうのクイズの答え: ①ビタミンCです。えだまめには、ビタミンCが入っています。

### キーワード



ほしがき



ひらたねなしがき