



夏休み食育関連コンクール

自由課題です。
ぜひ、取り組んでみてください♪

① 「心に残る給食の思い出」作文コンクール（4～6年生対象）

学校で毎日食べる給食について、おいしかった給食、楽しかった給食、給食時間中のできごと、友達や先生、調理員さん、家族と話したこと、給食について感じたこと、考えたことなどを自らの言葉で作品に書いてください。

- ◎ 規定：400字詰め原稿用紙（B4二つ折り）3枚以内
- ◎ 作文用紙の一枚目の一行目に 作品の題名、二行目に学校名・学年、三行目に組・性別・氏名（ふりがな）、四行目から本文を書いてください。



② 「ごはん・お米とわたし」作文・図画コンクール

毎日のごはんでおいしかったことや家族とのコミュニケーション、お米、ごはん食についての思い出や考えたことなどを素直な気持ちで自由に表現してください。

- ◎ 作文部門
 - 1～3年生：400字詰め原稿用紙2枚以内、またはマス目の大きい原稿用紙で800字以内。
 - 4～6年生：400字詰め原稿用紙3枚以内
 - ※ 1行目に作品の題名、2行目に学校名、学年、氏名、3行目から本文を書きだしてください。
- ◎ 図画部門（1～6年生）
 - B3（364×515ミリ）、もしくは四つ切（380×540ミリ）の画用紙を使用。画材は特に制限なし。

③ 「わが家のおすすめレシピ」 ※ 校内募集

ご家庭の自慢のレシピを募集します。裏面の応募用紙に必要事項を記入し、ご提出ください。すてきな作品は、千束小学校の給食で出したり、給食だよりで紹介したりしたいと思います。

④ 「給食・食育マスコットキャラクター」（4～6年生対象） ※ 校内募集

食育を手伝ってくれるマスコットキャラクターを募集します。裏面の応募用紙に必要事項を記入し、ご提出ください。【オリジナルのキャラクターを描くこと】【給食や食育に関係があるキャラクターにすること】【全身でカラーで描くこと】の3点を必ず守ってください。

☆ ①③④は夏休み明け9月8日までに、②は9月1日に担任の先生を通じて栄養教諭に提出してください。

読書感想文にも給食登場！

今年度の中学年の課題図書「給食室のいちにち」は、題名の通り、給食室の一日の様子が鮮やかなイラストと共に描かれた一冊です。給食はどうやって作るの？栄養士ってどんな仕事？身支度から調理、片づけ、献立づくりまでわかります。

実は、この絵本のモデルとなった学校は同じ台東区の蔵前小学校なんですよ！



給食・食育マスコットキャラクター

記入見本

キャラクター名 **ねぎっこくん**

キャラクターの絵(全身・カラー)



優秀作品は、もぐもぐ通信や食育動画に登場して、千束小学校の給食と食育を手伝ってもらいます！

注意！

キャラクターはオリジナルのものを描きます。全身・カラーで描いてください。給食や食育に関係のあるキャラクターを描きます。

キャラクターの説明

いつも白衣をきていて、千束小学校の給食を配るのを手伝ってくれます。
食べ物についてもくわしくて、給食に出てくる食材について教えてくれます。
江戸千住ねぎが大好きで、いつも背負っているよ。
せんぞくんの親せきというウワサがある…。

注意！

説明には、どんなことを手伝ってくれるのか、どんなことが得意なのか。また、そのキャラクターを考えた時のポイントなどを書きます。

自由研究こんなのいかが？

「食」をテーマに自由研究をしてみませんか？

○ おうちで食べ比べ！

給食で果物や野菜の食べ比べをしましたが、おうちでも自分が選んだ食べ物で食べ比べをしてみましょう。見た目、食感、味、香りなどいろいろな観点から比べて違いを感じてみましょう。

○ どれが沈んでどれが浮かぶ？

トマト、きゅうり、にんじんなどの野菜、りんご、バナナ、みかんなどの果物、水に入れると沈むものと浮かぶものがあります。また、切ってから入れると違いは出るのか、実験してみましょう。



○ ちりめんモンスターをさがせ！

しらす干しや ちりめんじゃこの中に隠れた、しらす以外の生き物「ちりめんモンスター」を探すと、海の生き物の観察が家でできちゃいます♪

○ おうちでできる食品ロス削減！

話題のSDGsと関連して、食品ロス削減のために自分で何ができるのか、おうちの人といっしょに考え、実行してみましょう！食べ残しを減らす、皮や種を使って調理する、環境に優しい食材を使う…すてきなアイデアお待ちしております♪



給食・食育マスコット キャラクター応募

学年・組	名前

キャラクター名

キャラクターの絵(全身・カラー)

※ 給食や食育に関連したオリジナルのキャラクターを描いてください。

キャラクターの説明

(どんなことを手伝ってくれるのか、どんなことが得意なのか。また、そのキャラクターを考えた時のポイントなど)

きりとり

わが家のおすすめレシピ



学年・組	名前

料理名

(写真を貼ってください) ※難しい場合はイラストでも可。	料理のおすすめポイント☆ 工夫したこと、特徴、アピールしたいことなど、自由に書いてください。
---------------------------------	---

調理にかかる時間	分
----------	---

材料(4人分)	作り方
---------	-----