

わくわく



もぐもぐ

木津川市立相楽台小学校

食育だより 4年生

平成27年7月16日

4年生では、総合的な学習の時間に「環境について」学びます。

5月8日にゲストティーチャーを招き、地球温暖化について学習しました。今は、自動車や電化製品を多様に使用し、生活が便利になりました。その影響として、二酸化炭素を多く排出していることから、地球を取り巻く環境が変化し、気温が上昇しています。すなわち、地球温暖化が進んでいるのです。そこで、自然の力で夏を涼しくする方法として、ゴーヤでグリーンカーテンを作ることと教わり、ゴーヤの日（5月8日）に、ゴーヤを植えました。

パソコンでゴーヤ料理について調べ、レシピを書き、廊下に美味しそうなゴーヤレシピを掲示しました。

大きく育ったゴーヤを使って「ゴーヤチャンプルー」を、保護者の方にも協力していただき、4年生で作りました。苦くて嫌いな子も多いのですが、塩でしっかりもみ、自分達で作った物は、格別に美味しいようで「おかわり」の声が上がるほど、しっかり食べていました。

夏休みには、是非ゴーヤ料理に挑戦してもらいたいです。



木津高校の人達が育ててくれたゴーヤをひとり一株ずつプランターに植えます。



ゴーヤの葉が横へ広がるように、摘芯をしています。「せっかく伸びているのに、切るのはいまい」と悩んでいる子もいました。



お母さんが切ってくださったゴーヤを塩でもみ、苦味をとっています。



しっかり炒め、塩こしょうをし、おいしそうな「ゴーヤチャンプルー」のできあがり。苦くないかな？