



学校だより

かけ橋

パート V

横須賀市立汐入小学校 校長室

2015. 7. 9
No. 7

元気でやりぬく子
すすんで学ぶ子
思いやりのある子

チキンアドボとシナガック

何のことだか分かりますか？分かった人は、かなりの給食通です。子どもたちは、知っているはずです。この2つは、給食のメニューです。栄養士さんが発行している「おいしいはなし」によれば、



「チキンアドボ」と「シナガック」は、フィリピンの代表的な家庭料理です。

「アドボ」は漬け込むという意味で、とり肉を漬け込んでおき、煮込んで作ります。フィリピンの人たちは酸っぱい味が大好きで、アドボも酢としょうゆで味付けしています。・・・「シナガック」はフィリピンの炊きこみごはんです。長ネギとニンニクのみじん切りをごはんに炊きこみました。

給食を食べながら、このメニューの誕生秘話を聞かせてもらいました。10年ほど前、ある学校の栄養士さんが、その学校にいたフィリピンの子どものために、フィリピンらしさを取り入れたメニューを作れないかと考え、チキンアドボを探し出したということです。試作して、その子に意見を聞きながら、味を調べ、やっとの思いで完成させ、それを自校献立（その学校らしさをだしたその学校独自のメニュー）で、デビューさせたそうです。

その後、他の学校で同様の経過でシナガックがデビューし、好評だったということです。それを受けて、この2つが全市のメニューに採用されました。

現在、市内の給食のメニューには、国際色豊かな様々なメニューがあります。そこには、栄養士さんたちの隠れた努力があるのですね。

学校保健委員会

7月1日（水）に、第1回学校保健委員会が行われました。毎年年間2回行っています。1回目は、井上先生が定期健康診断の結果をまとめて報告します。2回目は、保健委員が調べてまとめたものを発表します。



この会合のメンバーは、校長・教頭、保健担当の先生、養護の先生、保健・給食委員会の子どもたち、PTAの方々、学校医の先生方（内科の大沢先生、眼科の徳田先生、耳鼻科の鈴木先生、歯科の谷先生、薬剤師の石黒先生）です。この日は、薬剤師の実習に来ている薬学部の学生さんも来てくれました。

当日の井上先生の発表は、体型について、視力・眼科・耳鼻科・歯科それぞれの検診の結果の報告でした。

体型については、なんと高学年の女子は、20%が太りすぎということです。また、14%はやせすぎでした。成長期は、栄養と運動のバランスに気を付けて、しっかりと体作りをしてほしいと話していました。

校医の先生からは、昨今子どもでも生活習慣病になることもあるということで、食習慣を改める、睡眠時間を確保する、運動量を増やすなどのアドバイスがありました。ご家庭でも、再度見直して、実践してほしいと思います。

検診の結果については、健康手帳で治療勧告をしてあります。もう一度確認して、夏休み等を利用し、しっかりと治療してください。特に、乳歯の虫歯が多くありました。

校医の先生からは、乳歯といえども、虫歯のままでは、永久歯に悪い影響があるのでしっかりと治した方がよいとのことでした。