

バスケットボール教室が開催されました！

10月11日(水)、東小学校施設開放運営協議会によるバスケットボール教室が東小学校体育館にて開催されました。初心者でも楽しめる内容で、ドリブルやシュートのコツをつかむことができました。最後はチーム対抗試合で締めくくり、白熱した戦いとなりました！



放課後子供教室とは

西東京市では、放課後等における子どもたちの安全で健やかな居場所づくりを目的に、各市立小学校施設開放運営協議会に事業を委託しています。校庭や体育館など学校施設を活用して、校庭開放及び自由遊びや学習教室の企画・運営をしています。

◆(放課後子供教室に関すること) 社会教育課 042-420-2831

食欲の秋



~学校給食レシピ~ 共通献立 野菜たっぷり！ 『大根の和風ポトフ』

西東京市栄養士連絡会では、野菜を食べることを子どもたちにさらに意識してもらうため、毎年11月に市立保育園、小・中学校の給食で、地場産農産物の野菜を使用した共通献立を実施しています。

今年の共通献立は、西東京市で多く収穫される大根やキャベツをたっぷり使った『大根の和風ポトフ』です。

地場の野菜を使った給食メニューをご家庭でも再現してみませんか。

〈材料〉(2人分)

- | | |
|---------------|----------------|
| 鶏もも肉……………80g | 小松菜……………1/5束 |
| ウインナー……………2本 | しめじ……………1/3パック |
| 大根……………5cm | 和風だし……………2カップ |
| 人参……………1/5本 | しょうゆ……………小さじ1 |
| じゃが芋……………1/2個 | 酒……………小さじ1 |
| キャベツ……………中2枚 | 塩……………小さじ1/5 |
| 玉ねぎ……………1/2個 | |

〈作り方〉

- 肉とウインナーを切る。
鶏もも肉→角切り
ウインナー→1cm輪切り
- 野菜を洗い、それぞれ切る。
大根→いちよう切り(厚め) 人参→いちよう切り
じゃが芋→いちよう切り(厚め) キャベツ→ざく切り
小松菜→2~3cmの長さに切る 玉ねぎ→くし切り
しめじ→小房に分ける
- 鍋に和風だしと鶏もも肉、ウインナー、大根、人参、キャベツ、玉ねぎを入れ、中火で少し柔らかくなるまで煮る。
- 鍋に残りのじゃが芋、小松菜、しめじを加えて火が通るまで煮る。
- しょうゆ、酒、塩で味を調える。



◆学務課 042-420-2825

めぐみちゃんメニュー(グルめぐメニュー)で地域の野菜・果物を食べよう！

西東京市では、地産地消と地域経済の活性化のために、市内産の農産物を使用した飲食物を飲食店等の協力を得てメニュー化し、市民の皆さまへ提供する「めぐみちゃんメニュー事業」を実施しています。本年は市立小・中学生から秋・冬の野菜・果物を使ったメニューを募集しました。

この事業に参加している飲食店では、市立小・中学生から応募があった、市内産野菜・果物を使ったメニューをアレンジして、期間限定で販売します。

学校給食では、応募があった中から、学校給食で提供可能なメニューを選定し、10月から12月の各校の給食で提供します。

地域の野菜・果物のことを学びながら、小・中学生の考えたメニューをみんなでおいしくいただきます。学校ではどんなメニューが提供されているか、献立表で探してみてください。

◆産業振興課 042-420-2820
◆学務課 042-420-2825



見守りで
ひとりにさせない
子どもたち