

ひまわりの花が咲き始め、いよいよ夏本番です。暑さが厳しく食欲が落ちていませんか。夏バテの原因のひとつに、食事がめん類ばかりだったり、冷たい飲み物を取りすぎによる、ビタミンB1不足があります。バランスのよい食事を心がけて元気に夏を乗り切りましょう。

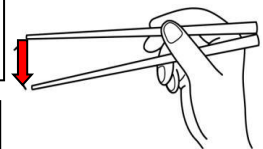
食育の授業を行いました

『1年生 おはし名人になろう』6月3日(金)、7日(火)、8日(水)、9日(木)、14日(火)
 1年生で、「おはし名人になろう」をめあてに学級活動の授業を行いました。日本では古くから箸を使っていますが、和食の食事マナーに箸の役割は重要です。食べ物を切る・はさむ・つまむなどの操作ができるので、多くの料理が箸だけで食べられ、箸を使う日本人の手先が器用になったと言われています。動きがスムーズで美しい所作は、周囲にも好印象を与えます。毎日の食事でおはしの正しい使い方を意識して、おはし名人を目指して欲しいと思います。



上の箸だけ
動かします

下の箸は
固定します



『2年生 野菜となかよくなろう』 6月29日(水)

2年生で「野菜となかよくなろう」をめあてに学級活動の授業を行いました。野菜に含まれる食物繊維には「おなかの調子を整える効果」があることを学習しました。また「苦手なものを食べられるようになった」という体験を子供達に発表してもらい、苦手なものにも挑戦する意欲につながったようです。授業を参観していただいた保護者の皆様ありがとうございました。



令和4年度 食に関する指導の予定



学年	内容	実施日
1年生	めざせおはし名人	実施済み
2年生	野菜となかよくなろう	実施済み
3年生	好き嫌いをなく食べよう	11月15日(火)
4年生	体の発育と健康	1月26日(木)
5年生	食べて元気! ごはんとみそ汁 (5大栄養素と3つの食品グループ)	10月26日(水)
6年生	まかせてね今日の食事 (バランスのよい献立を考えよう)	11月24日(木)

今年度の実施予定日です。給食を「生きた教材」として活用し、食に関する指導を実施します。ご家庭でもぜひ話題にしてみてください。



1年生給食時間の様子

給食当番の仕事にも慣れ、衛生的に配膳を行っています。黙食ですが、にこにこ食べています。



学校農園のじゃがいもを給食で使いました

学校農園でとれたじゃがいもを、7月5日(火)「じゃがいものポタージュ」に使いました。昨年度、畑の草むしりをがんばってくれた6年生のみなさん、ありがとうございました。

給食室より

5小の給食室は、ガラス張りになっています。休み時間には大勢の子どもたちが、見学に来て、給食ができるまでの様子を興味深く見えています。子供たちの顔が見える環境は、給食室一同の励みになっています。本物の味を子供たちに味わってほしいので、だしをとる所から手作りをしています。2学期からも、安心安全でおいしい給食づくりを頑張ります。



手作りピザトースト



手作り春巻き