

給食だより 2月

《 児童のみなさんへ 》 今泉小学校

2月の給食目標

今泉小食育標語「食べ物と 作った愛情 いただきます」

給食への感謝をして食べよう



寒さの中にも少しずつ春の訪れを感じる季節ですが、まだ寒さは厳しいですね。この時期に流行しやすいのがウイルスなどによる感染症で、予防には外出時や食事前の手洗い・うがいが効果的です。よく体を動かし、十分な睡眠をとり、栄養バランスのとれた食事を朝昼夕の3食食べて、体の抵抗力も高めましょう。



福は内、鬼は外!



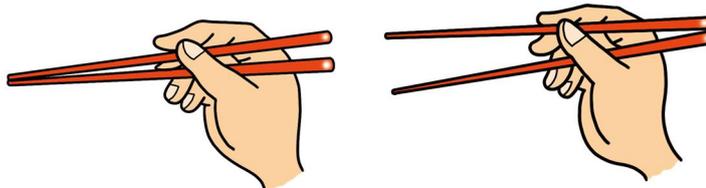
「立春」の前に行われる「節分」は、古代中国の行事が日本に伝わり、かたちを変えたものです。現在では春を迎える大切な行事になっています。2025年は2月2日（日）が節分です。

はしを正しく持とう

節分の豆をおはしでつかめるでしょうか？お家に豆のある人は、チャレンジしてみましよう。

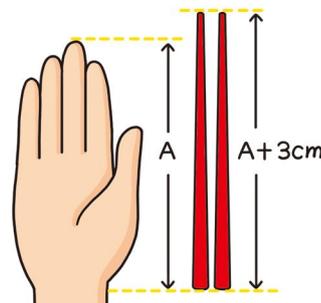
はしをきちんと持って、使えるようにしましょう。

正しいはしの持ち方



- 長さは手のひらより少し長いものを選び、真ん中より上を持つ。
- 上のはしは中指と人差し指でえんぴつのように持つ。このはしだけを動かす。
- 下のはしは親指の根元と薬指の横はらで支え、動かさない。

はしの長さ
手のひらの長さ
+
3cmくらい





保護者の皆様

冬休みの「食育チャレンジシート」のご協力ありがとうございました。夏休み同様一生懸命に取り組んでくれた子どもたちと、温かく見守ってくださった保護者の皆様に感謝申し上げます。一部ですが、感想を掲載しましたので、ご覧ください。

食育チャレンジシートの感想

【児童】

- ・食事のマナーや良い姿勢でよく噛んで、食事の感想を言うこともしていきたい
- ・目標の数を超えたが、炒める料理にチャレンジしてみたい。
- ・次回は全部○にしたいです。
- ・食器を洗ったり、お米を炊けるようにしたいです。
- ・自分の地域の食べ物がわかっていたいです。
- ・お母さんと夜ごはんを作りました。今度は一人でも作ってみたいので、沢山練習してできるようになりたいです。
- ・時々姿勢が悪くなってしまうので、注意しながら食べたいです。
- ・もっとしっかりバランスよく食べたい。
- ・食事の前におはしを並べたい。
- ・「もっとチャレンジ」のできることを習慣づけて、普段の食事からそれができるようにしたいです。



【保護者】

- ・食べている人だけでなく、一緒にいる人たちにも心地よい食事時間になるね。
- ・苦手なものにも挑戦をしたり、頑張る様子が見られました。マナーもますます良くなっていくね。
- ・沢山お手伝いをしてくれていたので、とても助かりました。これからもお手伝いを続けて行って欲しいと思います。
- ・いつもごはんの準備を手伝ってくれてありがとう。次はお料理の準備を一緒にやろうね。
- ・苦手なものも最近は、一口は食べるようになってきました。その調子で色々な食材を食べて栄養をとっていきましょう。
- ・お正月の料理を一緒に学ぶことができました。これからも、食事に興味をもって欲しいと思います。
- ・挨拶、感謝がバッチリでした。姿勢にも気をつけていたけど、出来ない時もあったね。
- ・一緒にごはん作りができて楽しかったし、助かったよ。できることを増やして一人で作れるように頑張りましょう。
- ・少しずつ項目を埋められて素晴らしいね。続けられるようにしようね。
- ・食事のマナーや調理に興味を持ってくれると、食事がもっと楽しくなりますよ。
- ・みんなでごはんを食べる楽しさを感じることができたね。
- ・妹と一緒にみそ汁作り楽しかったね。
- ・チャレンジシートをすることで、いつもの食事でもマナーや健康に気を付けて楽しんでほしいと思います。

《お願い》令和7年度アレルギー調査 1年生～5年生

次年度に向けて、アレルギー調査票を2月14日（金）に配付いたします。今回の対象は、1年生から5年生の調査となります。2月28日（金）までに学級担任へご提出くださいますよう、ご理解とご協力をお願いいたします。