



しょくいくしゅうかん

食育週間があります

<6/19(月)~30(金)>

期間中は「食事マナー」についての取り組みがあります。食事マナーについて振り返りましょう。

取り組み①

しょくじ

食事マナーについての動画紹介

<19日(月)~30日(金)>

・「健康委員会による食育週間の取り組み紹介」

・「食事マナーとおいしい給食ができるまでの裏側紹介」

教室で視聴します。
先生方お願いします。

取り組み②

きゅうしょくかた

給食片づけチェック

<19日(月)~23日(金)>

正しい食事の片づけは、大切な食事マナーです。各クラスの給食のワゴン

を、健康委員会がチェックします。

おいしい給食を作って下さる調理員さんに、気持ちよく片づけをしていただ

けるようにしましょう。

チェックの結果は、翌日の給食時間に放送でお知らせします。
満点のクラスは全員に「給食片づけマッチョマンカード」を渡します。



健康委員会		給食ワゴンチェック表（食育週間）
チェックするもの		チェックポイント
①	はし スプーン フォーク	・はしのむきは、そろえてケースに入っている
		・スプーン・フォークは、種類別に、むきをそろえて通している
		・返す時は、お盆の一番上に、置く
②	しよっき 食器	・きれいにかさねて、カゴに入っている
		・ゴミやたべのこしが、はさまっていない
		・ごはん箱は、はいぜん室にある台車に置く
③	ごみ	・パン箱は、はいぜん室の台車に、フタとわけて交互に重ねて置く
		・ゴミ袋は、はいぜん室のゴミ箱に入れる
④	おたま しゃもじ トング等	・ワゴンの上にストローの袋など、ごみがのっていない
		・食缶やごはん箱、バットに入れたままになっていない
⑤	たのこ 食べ残し	・しゃもじかごのはしに、まとめて入れてある
		・ごはん箱やバットに残った食べ残しは、はしにまとめる
⑥	パンのこ 残り	・パンの残りは、パンシートに包んでワゴンにのせる

取り組み③ はし使いの確認&豆つまみ大会

<26日(月)~30日(金)>

正しいはし使いの確認と豆つまみ大会を行います。ぜひ参加して下さい。

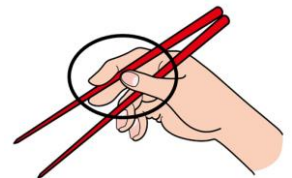
＜豆つまみ大会ルール 場所:ランチルーム＞

30秒の間に皿から皿へ豆をいくつ運べるか数えます。

参加者全員に「チョップスティックマッチョマンカード」

を渡します。学年上位3名は、給食の放送で名前を

お知らせします。



右ききの人



左ききの人



26日(月) なかよしタイム 1年 29日(木) 昼休み 3,4年

28日(水) 昼休み 2年 30日(金) 昼休み 5,6年



6月は「食育月間」です

～生きる力を育てる食育の推進～

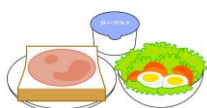
子供たちが健やかに成長し、元気に勉強や運動をするためには、規則正しいバランスのとれた食事をするのが大切です。また今だけではなく、生涯を通して健全な食生活を送るためには、子供の頃からの正しい知識や望ましい食習慣を身に付ける必要があります。学校では給食の時間や家庭科の授業、委員会での取り組みなど教育活動全体を通して、食に関する指導を行っています。また学校と家庭が連携し食育に取り組むことが、より効果的です。

「食育」とは・・・国が定める「食育基本法」では、子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要であるとした上で、「食育」を生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けています。

家庭で取り組みたい「食育」

家族みんなで実践！

◆朝ごはん食べる習慣をつける



脳と体を目覚めさせ、1日の生活リズムが整い、元気に活動することが出来ます。そのためには早寝早起きを心がけましょう。

◆ゆっくりとよくかんで食べる



あごの発達や虫歯予防、脳の活性を促すなど様々な効果が期待されます。満腹感を得やすくなり肥満防止にもつながります。

◆栄養のバランスを考えた食事を



必要な栄養素を過不足なくとることは健康の増進につながります。子供の時から正しい食習慣を身に付けることが大切です。

◆食べ残しなど食品ロスをなくす

食べ物を大切にする心をはぐくみましょう。持続可能な社会を構築しようとする態度を身に付けることが出来ます。



◆日本の食文化を伝える

郷土料理や行事食を取り入れることで、伝統的な食文化に関心を持ち、ふるさとを大切に思う心をはぐくみます。



◆家庭で作物を育てる体験を

育てる喜びや自然の恵みにふれることで、食べ物の大切さに気づき、食に対する感謝の気持ちが芽生えます。



ご協力ありがとうございました

給食室空調設備工事期間については、お弁当の持参にご協力いただき、ありがとうございました。2日間設定した「お弁当チャレンジの日」では、前向きに取り組む児童や、毎日お弁当を用意してくださる保護者の方への感謝の気持ちを話す児童も見られました。



＜計画＆振り返りカードより＞

- いつもおいしいごはんをありがとう。（1年）
- 早起きをして、手伝った。（2年）
- 家の人と献立を考えるのが楽しかった。（3年）
- 早起きしてお弁当を作るは大変だと思った。（4年）
- ふだんからなるべくお手伝いを頑張りたい。（5年）
- 自分で作るのは楽しい。またやりたい。（6年）
- 自分で出来る事が増え、成長を感じます。（3年保護者）
- 自分でやりきりました。感心しました。（6年保護者）