



ねん がつ
2022年11月

うつのみやしりつとまつりしょうがっこう
宇都宮市立戸祭小学校

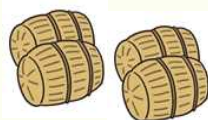
おうちのひとと

よみましょう

木の葉が色づき、秋も深まってきました。朝晩の冷え込みなど、これから1日の気温の変化が大きくなってきます。衣服の脱ぎ着をこまめにして、体温の調節をしましょう。

また、「味覚の秋」でもあり、お店には、おいしさを増した旬の魚や、さつまいも、くり、きのこなどの季節の野菜やくだものもたくさん並んでいますので、ぜひおうちの人と一緒に買い物に行ってみてください。子どもたちには、食を通して、季節を感じて味わう心を育ててほしいと思います。

しんまい きせつ 新米の季節です！



その年にとれたお米を「新米」といいます。とれたての新米は、普通のお米に比べて水分を多く含んでいるので、とてもおいしいですね！甘い香りのふっくら つやつやしたご飯をかみしめて、今年の実りに感謝しながら、普段にも増しておいしい食事をいただきましょう。

日本では米の消費量が年々減少しています。その一方で肉類や油脂類の消費量は増加しており、健康への影響が心配されています。水だけで炊いたご飯を中心に、魚や豆類、野菜、いも、海藻類のおかずを組み合わせた日本型の食事のよさが、近年の海外での「和食」ブームも手伝い、今、見直されています。



おはしを上手に使えるようになろう！

10月17日～23日は、戸祭小学校食事マナー重点指導週間として「食事マナーアップウィーク」を実施しました。給食でのマナー指導に合わせて、ご家庭においても「お箸の使い方」について支援のご協力をいただきました。ふりかえりカードでは、おうちの方からの一言の欄へのご記入もありがとうございました。

食事マナーは短期間で身につくものではなく、継続的な指導や声かけが重要になります。ご家庭においても、引き続き、食事のときの姿勢や食べ方、お箸の使い方など、お子さまの関心が高められるようご協力をお願いいたします。



ひごころから
きちんと意識しよう！

こうないどくしょしょうかん 校内読書週間は11月14日～25日です

そこで、おはなし給食と題して、本の
中の料理を給食で味わいます♪
図書室にある本の中から・・・

「ぎょうれつのできる すうぶやさん」より、
さつまいものシチュー

「おおきなかぶ」より、かぶのシチュー
が登場します。本のどのシーンに出てくる
料理なのか、読んで確かめてくださいね！
調理員さんがおいしく仕上げてくださいます。

