

令和6年度

宇都宮市立富屋小学校

2月食育だより



★うちのひととよんでください。

学校HPにカラー版が掲載されています。

立春を迎えましたが、まだ寒さが厳しい日が続いています。体調を崩しやすい時期なので、栄養バランスに気を付けながら食事をし、元気に過ごせるようにしましょう。

給食週間を実施しました！

全国学校給食週間に合わせて、富屋小学校でも1/27～1/31に給食週間を実施しました。給食環境委員会の児童が、改めて給食について考える良い機会にするためにはどうしたらよいか考え、様々な取り組みを行いました。



★豆つかみゲーム

委員会児童からはしの持ち方についての説明がありました。そのあと、上手におはしをもって、豆つかみをしました。たくさんの児童が参加し、盛り上がりしました。

★給食クイズ

食に関するクイズを委員会児童が考え、出題しました。難しい問題もあり、悩んでいましたが、正解したら、ハンコやシールをもらい、楽しんでいる様子でした。

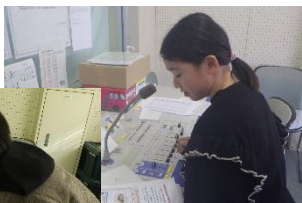


給食環境委員会から、給食週間中の給食の一口メモを作成し、放送をしました。

また、全校児童が調理員さんへの感謝の手紙を書きました。



給食週間中の給食をホームページにアップしました。ぜひご覧ください。



予防には食事、運動、休養・睡眠が大切



生活習慣病を予防するためには、栄養バランスのよい食事を規則正しくとり、適度な運動を行って、十分な休養・睡眠をとることが大切です。生活習慣病の多くは、おとなになってから症状があらわれますが、今のうちからの生活習慣が大きく関係していきます。

子どもの頃から、健康にいい生活習慣を身につけておくことが大切だよ！



きゅーたん

©少年写真新聞社2025

避けよう！ きらいばし

「きらいばし」とは、周りの人を不快にさせるふるまいで、マナー違反になることから、避けた方がよいはしの使い方のことです。刺しばしや寄せばし、涙ばしなどがあります。



©少年写真新聞社2025