

6月の給食だより

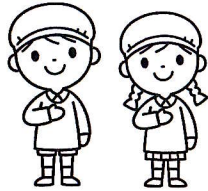
平成26年度

6年生の田植えも終わり、あちこちでカエルの声が聞こえるようになってきました。JAさんの指導をいただき、1～3年生もミニトマトやきゅうり、さつま芋、落花生などを植えました。夏から秋にかけての収穫が楽しみです。途中で病気になったり枯れたりすることもあります。水やりなどの時に気をつけて観察してみましょう。

体育では「水泳」が始まりました。泳ぐことは全身を使う運動になるのでしっかり泳ぎましょう。また、疲れやすくなるので、バランスの良い朝ごはんをきちんと食べてください。



今月の給食目標 「マナーを守ろう」

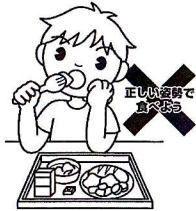


しよくん いくちゃん

正しいマナーが分かったから
これから守っていこうね

5月から給食では、保健委員会を中心に3つのマナーに取り組んでいます。

①正しい姿勢で食べる

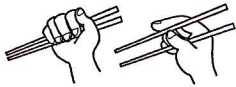


ポイント： お腹と机の間は握りこぶし（グー）1つ分あける
ひじをつかずに食器を持って食べる
お盆を手前に引き寄せる

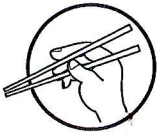
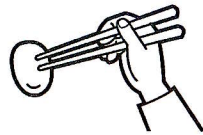
正しい姿勢で食べると
食べ物落ちたりしないよ



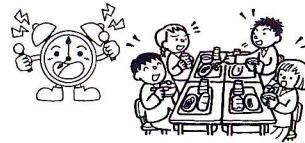
②お箸を正しく持つこと



ポイント： 正しい鉛筆の持ち方にお箸を一本添える
下の箸は動かさず上の箸だけ動かす
クセをそのままにせず、練習する



お箸は刺したらいけないよ・・・



③時間を意識して食べる

ポイント： いつまでもおしゃべりをしないこと
食べるのが遅い人は最初に大きな口で食べる
自分で時間を意識して食べる

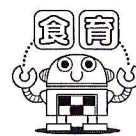


この3つのことについて、給食だけではなく、お家の方でも一緒に取り組むことができるとより良い効果があります。ぜひ、食事の際に、「姿勢」「お箸」「時間」を意識してみてください



マスクについてのお知らせ

小学生については新学期に持ってきたガーゼマスクを自分で洗い、袋にまとめ入れて学級保管していました。「きちんと洗っていない」というお家の方の心配もいただき、より衛生的に給食を実施するために、使い捨てマスクの使用もOKとします。専用の保管ケースを購入しましたので、新学期に5～10枚（1袋）程度持ってきていただければ、学期に1～2回追加する程度になります。続けてガーゼマスクを使用する人は1週間当番終了後に持ち帰りしますので、給食当番前の4週間のうちに2枚を持たせてください。マスクの袋には名前を必ず書いてください。ご理解とご協力、よろしくお願いいたします。



食育 大辞典

その2～なりたい犬食い編～ 「大脳生理学より」



5年生の保健の時間に脳と心のお話をしました。人間の脳には「動物としての本能」の部分と「人間らしさ」の部分があります。「犬食い」は姿勢の悪さだけではなく、「動物の本能」丸出しの様子として、良い印象を与えません。「食事のマナー」を教えるということは、いかに人間らしく育てるかということにつながります。放っておけば動物のままになるところを、人間になる訓練をすることを意味します。犬食いは、「単なるマナー違反」としてだけではなく、「人間らしい人間」へと育てられていないと判断されることもありますので、できるだけ早い時期から犬食いをなおして行くことが大切です。