

たかさと給食だより



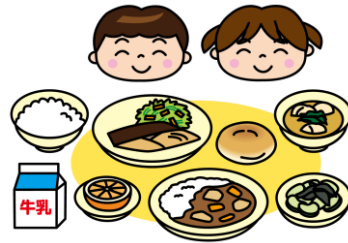
令和6年度6月号
船橋市立高郷小学校

6月の給食目標

よく噛んで食べよう。

安全に美味しく給食を食べるために

食べることはごく当たり前のことで、「かんで飲み込む」という動作を意識しながら食べている人はあまりいないかもしれません。ですが、食べ物の形状によっては、よくかまずに飲み込んでしまうと、窒息する危険性があります。給食を安全に美味しく食べるために、以下のことに気をつけましょう。



食べるときに注意が必要な食品



★歯の生えかわりでよくかめない人は、箸やスプーンで小さくする、パンは一口大にちぎる、口に詰め込み過ぎないなど、特に気をつけて食べましょう。



毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」 「食べる力」＝「生きる力」を育みましょう

「人生100年時代」といわれるようになりました。生涯にわたって、心身ともに健康で生き生きと暮らしていくために、あらゆる世代の人が「食べる力」を身につける必要があります。特に、子どもたちに対しては、健全な心と体を培い、豊かな人間性を育ていく基礎となる「食育」を、家庭・学校・地域が連携し、推進していくことが重要です。

食育とは…
(食育基本法・前文より)

- 生きる上での基本であって、知育・徳育および体育の基礎となるべきもの
- さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること

食育で育てたい「食べる力」

<p>1 心と身体の健康を維持できる</p>	<p>2 食事の重要性や楽しさを理解する</p>	<p>3 食べ物の選択や食事づくりができる</p>
<p>4 一緒に食べたい人がいる(社会性)</p>	<p>5 日本の食文化を理解し伝えることができる</p>	<p>6 食べ物やつくる人への感謝の心</p>

5月1日(水) 2年生生活科 グリンピースさやむき体験

2年生が生活科の授業で、グリンピースのさやむき体験をしました。むいたグリンピースは、すぐに調理室で茹でて、「グリンピースごはん」を給食で食べました。グリンピースは、1年中使用しますが、生のグリンピースを使うのは、この日だけです。冷凍とは違い、皮のはじける歯ごたえと、自然な甘さを味わえるのが、生のグリンピースの醍醐味です。グリンピースは、子供たちの苦手な食材ですが、自分たちでむいたグリンピースを喜んで食べていました。

体験をした感想(ワークシートより抜粋)

- ・音が気もちよかったです。さやは、やわらかかったです。
- ・さやむきをしている人は、たいへんだなとおもいました。
- ・たくさんグリンピースをとれました。どんなあじがするののかたのしみです。
- ・きゅうしょくでグリンピースごはんをたべたらおいしくて、ぜんぶたべました。
- ・グリンピースがきらいだったのに、おいしかったです。おうちでもたべてみたいです。
- ・グリンピースはにがいイメージがあって、あまり好きじゃなかったけど、みんなでむいたグリンピースは、あまくてたべやすかったです。

