食育だより

令和６年度

２月号

１０号

（毎月19日は食育の日）

船橋市立薬円台南小学校　給食室

寒さの中にも少しずつ春の訪れを感じる季節ですが、まだ寒さは厳しいですね。この時季に流行しやすいのがウイルスなどによる感染症で、予防には外出時や食事前の手洗い・うがいが効果的です。よく体を動かし、十分な睡眠をとり、栄養バランスのとれた食事を朝昼夕の３食食べて体の抵抗力も高めましょう。

「リクエスト給食」が登場しています！

実施日	クラス	料理名
3月　5日（水）	４組	ポテトのたこ焼き風
3月　7日（金）	校長室　職員室　４の３	ジャンボ揚げぎょうざ
3月１１日（火）	3の１　3の２　5の２	しょうゆラーメン

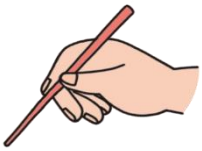
いろいろな使い方ができる「はし」

今年度も２～６年生を対象に「生活習慣についてのアンケート」を行いました。「正しいはしの持ち方を知っていますか」の問いに「はい」と答えた児童は約９５％で、「正しいはしの持ち方で食べていますか。」の問いに「はい」と答えた児童は約７０％でした。

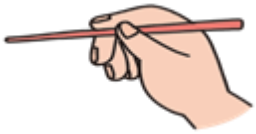
給食でもはしを使いますので、給食時間に確認していきたいと思います。大人になってからでは間違った持ち方を直すのは大変です。今のうちに正しい持ち方を身につけてほしいです。はしの使い方は毎日の食事の中で繰り返し練習することが大切です。

はしのもち方・・右ききの場合

① 正しくえんぴつを持つように、はしを１本持つ。

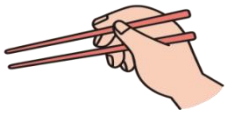


②上のはしを「1」の字を書くように、たてに動かす。



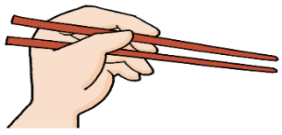
③もう１本のはしを下のはしとして、親指のつけねから、中指と薬指の間に通す。

④上のはしだけを動かすように練習する。

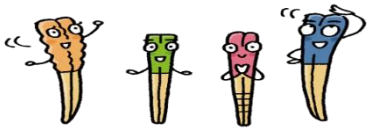


下のはしは動かさない

左ききの場合



１年生「めざせ！おはしめいじん」

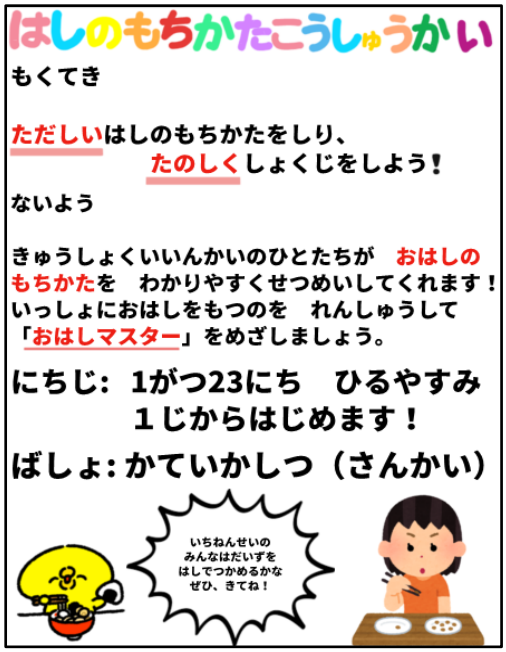


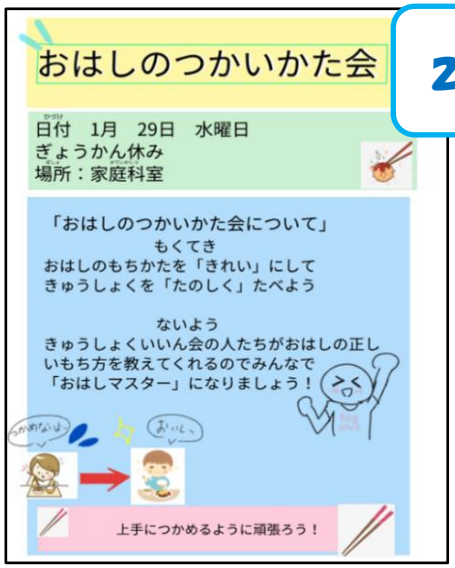
１月２０日に１組、２１日に２組において、担任と栄養士によるはしの使い方の授業「めざせ！おはしめいじん」を行いました。正しい持ち方、動かし方を確認した後、小さく切ったスポンジを使い動かす練習をしました。毎日の食事の中でご家庭での指導もお願いします。

給食委員会による「お箸の持ち方講習会」

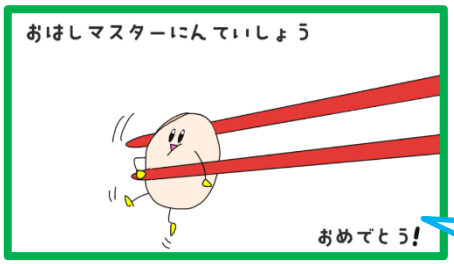
１月２３日に１年生の希望者を対象に、給食委員会で「お箸の持ち方講習会」を実施しました。
当日は、正しい持ち方の説明をしながら、持ち方を確認し、大豆を使ってはしを使う練習を指導しました。
給食委員の児童はそれぞれの担当グループの児童にやさしく教えていました。

ポスターも作りました。





2年生も講習会をしました！

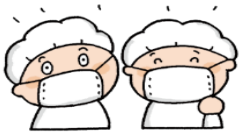


おはしマスターの券

おうちのかたへ「学校給食ＰＲ展」が開催されます！

令和３年度から開催されてきた学校給食ＰＲ展は今年度で４年目となります。今回の展示は、市内各小中および特別支援学校での給食時間・給食時間以外での食育の一部をご紹介します。（船橋漁港水揚げのコノシロ献立、友好都市・姉妹都市提携献立、お話給食、学校と地域による米作り、児童が描いた調理員、児童が作成した給食の魅力を知らせる資料など）どうぞお立ち寄りください。

《日時》　２月２５日（火）～２月２８日（金）
　　８：４５～１７：１５（最終日は１６：００まで）



《会場》　市役所１階美術コーナー
＊市民文化ホールで開催していた「学校給食展」は行いません。
（問い合わせ先　船橋市教育委員会保健体育課　４３６―２８７５）