

給食だより

5月号

令和6年4月26日発行
川崎市立上丸子小学校

新しいクラスでの給食が始まり、2週間がたちました。給食の準備をみんなで協力してすすめている様子がかげえます。給食では、いろいろな食品を食べられるように、工夫して献立を考えています。苦手なものや食べたことのないものも、まずは一口チャレンジしてみましょう。

●給食がはじまりました

給食がはじまりました。子どもたちは協力して給食の準備をして、食事の時間を過ごしています。給食時間の様子をご紹介します。



↓クラスの実態に応じ、おかわりをしています。

↑初日は麦ごはん、牛乳、ポークカレー、きゅうりの中華づけでした。

↓1年生は6年生に教えてもらいながら、牛乳パックをたためるようになってきました。



↑新しいクラスでのグループでの様子です。

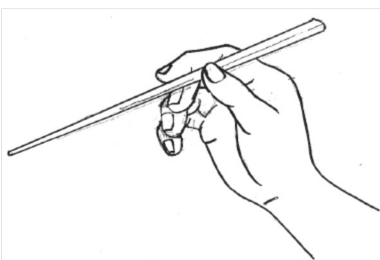
5月の給食目標

食事のマナーを身に付けよう

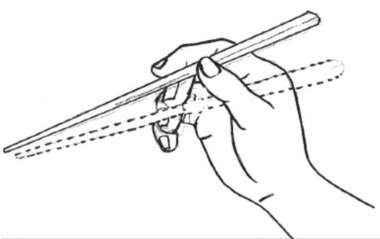
新しいクラスでの給食に慣れてくるころです。食事のマナーを知り、みんなが楽しく給食の時間を過ごすことができるといいですね。

はしの持ち方

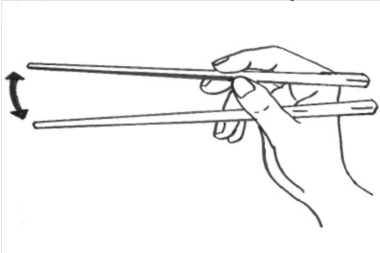
きれいに持てると、食べ物を食べやすい大きさに切ったり、つかんだり、いろいろな使い方ができるようになります。



①えんぴつのようにはしの上の方を、ゆび3本でもつ。



②点線の部分に、もう1本のはしを入れる。
ポイント：薬指の上にのせるように入れます。



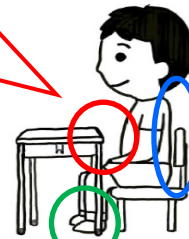
③持てたら、上のはしだけを動かす。
※使うときに動かすのは、上のはしのみです。
難しい時は下のはしをおさえながら練習してみましょう。

食べるときの姿勢

「グー・ベタ・ピン」の合言葉で、食べる姿勢を意識してみましょう。

「グー」

いすに深く座り、お腹と机の間は、こぶしひとつ分あけます。



「ピン」

背筋をピンと伸ばします。そうすると、食べ物の流れがスムーズになり、消化しやすくなります。

「ベタ」

両足を床につけます。そうすると、体を安定させて食べることができます。

食器の置き方

いい姿勢を保って食べるためにも、食器は持って食べましょう。

上：おかず

左：ごはん

右：汁物

ごはんは貴重なものとして扱われており、左に貴重なものをおくという昔からの考え方から、ごはんは左に置きます。