

# 給食だより

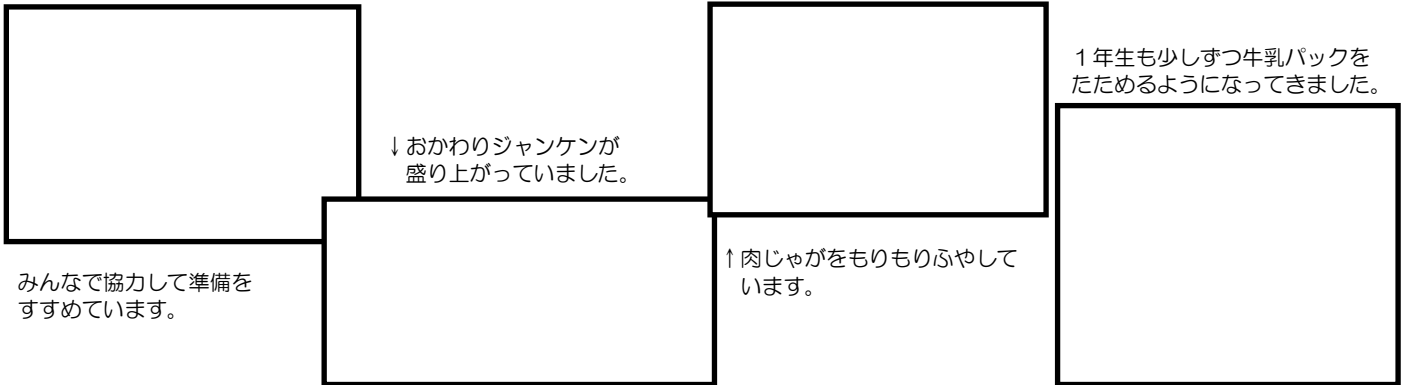
5月号

令和5年4月27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。さて、外の気温も少しずつ上がり、汗をかきやすい季節がやってきます。毎日朝ごはんを食べ、こまめに水分をとって、元気に毎日過ごしましょう。

## ●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。今回は、給食時間の様子をご紹介します。



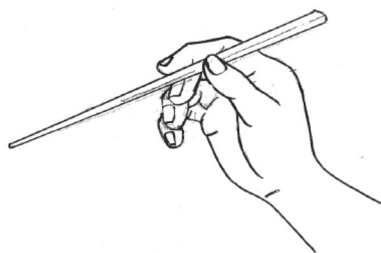
5月の給食目標

食事のマナーを身に付けよう

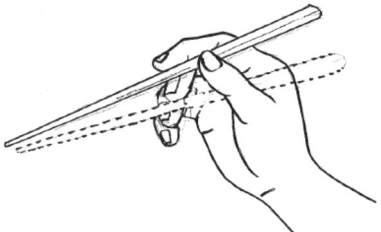
給食を通して、多くのことを学び、健康な生活を送ることができるように、給食目標を作りました。みんなが健康で、楽しく食事をするために大切な食事のマナーを紹介します。

### はしの持ち方

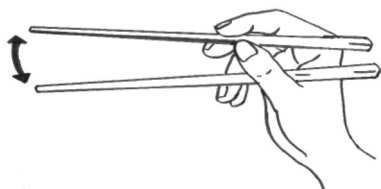
きれいに持てると、食べ物を食べやすい大きさに切ったり、つかんだり、いろいろな使い方ができるようになります。



①えんぴつのようにはしの上の方を、ゆび3本でもつ。



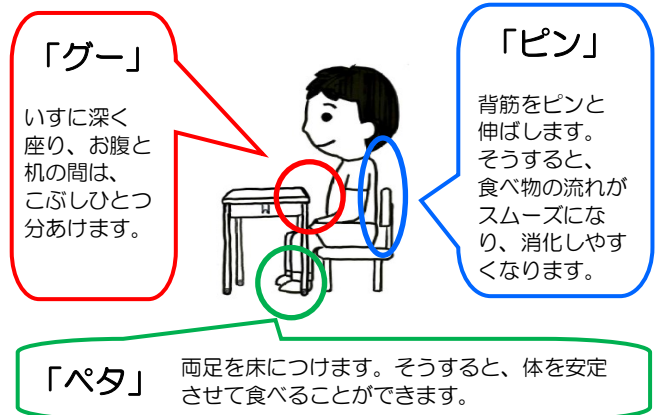
②点線の部分に、もう1本のはしを入れる。  
ポイント：薬指の上ののせるように入れます。



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。



### 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。

