



# 給食だより



令和7年2月26日

2月の給食目標: 楽しく和やかに会食をしよう

## 食事を楽しむために

毎日、給食時間中に各クラスに顔を行ってみると友達と楽しそうに会話をしたり、給食を食べたりしている様子が見受けられます。また、給食の献立や食材について話しかけてくれることもあり給食を楽しみにしている気持ちが伝わってきます。給食を含め、食事の時間は体に必要な栄養素を摂取する機会であるとともに、友人や家族とコミュニケーションをとり、仲を深めることができる大切な時間です。食事のマナーを意識しながら、他の人とコミュニケーションをとり食事の楽しさを感じてほしいと思います。

### 食事のマナーチェック

お子さんと一緒にチェックしてみましょう!

<input type="checkbox"/> 口にものが入ったまま話さない。 	<input type="checkbox"/> 食前食後の挨拶をする。 	<input type="checkbox"/> 食事中は立ち歩かない。 	<input type="checkbox"/> お椀やお皿は持って食べる。 
<input type="checkbox"/> 肘をつかない。 	<input type="checkbox"/> よく噛み、早食いをしない。 	<input type="checkbox"/> 大きな声を出さない。 	<input type="checkbox"/> 食事中はふざけない。 

### 正しい箸の持ち方を身につけましょう!!

- えんぴつを持つように持つ。
- 点線の位置に一本挟む。
- 動かすのは上の箸だけ。

持つことができれば、上下に動かしてみよう。

はじめは、力がうまく伝わらずものを持つことが難しいです。しかし、慣れてくると上手にものを持つことができるようになるので、ぜひ持ち方を確認の上取り組ませてみてください。

食育ピクトグラム：食育の取り組みを子供から大人まで誰にでもわかりやすく発信するため、表現を単純化した絵文字。

#### 10. 農林業を体験して、食や農林水産業への理解を深めましょう。



農林漁業体験は、食べ物に対する意識や関心、知識、嗜好、食行動、心の健康に関係しています。

具体的には、田植えや種まき、稲刈り、野菜の収穫、家畜の世話などの体験があります。家庭菜園や室内でもできる栽培キットの活用、地域や旅行先のイベントなど、機会を見つけてぜひ体験してみてください。

作成：大崎市学校栄養士会