



今月より、給食のめあてに合わせた情報を発信していきます！  
 食事マナーや食材のこと、給食のこと、食に関する授業のこと、調理員さんのことなど、食にまつわるあれこれを書いていきたいと思ひます。  
 福田のみなさんが楽しく読めて、食のこともっと知りたい！と思うことができるように工夫していきますので、ぜひ家庭でご一読いただけると嬉しいです (^ ^) ♡

## <今月の給食のめあて> 食事のマナーを身につける

食事マナーとは、一緒に食事をする人に嫌な思ひをさせないこと、そして楽しく食事をするための決まりごとです。今回は健康委員会の4～6年生が実践してくれました。



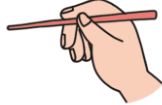
### こんな食べ方に要注意 ×



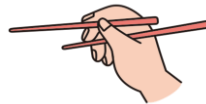
### 正しいはしの持ち方・使い方



①正しい鉛筆の持ち方ではしを1本持つ。



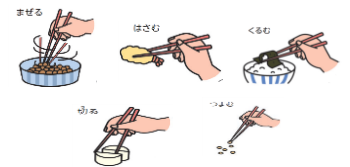
②はしを「1」の字を書くようにたてに動かす。



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。



はしを上手に使ってみよう。

〈出典：小学生用食育教材「たのしい食事つなぐ食育」文部科学省 平成28年2月〉

## 新地の子どもは、さわやかだ



2～6年生はなじみのある「新地の子どもはさわやかだ」という言葉。食事において、健康な体をつくる合い言葉です。

- さ : 魚
- わ : 和食
- や : 野菜
- か : 海藻
- だ : 大豆、だし

この「さわやかだ」を積極的にとることを勧めています。また給食でも月に1回「さわやかだ献立」を実施しており、子どもたちの健康な体づくりを担っています。給食では他にも、よくかむ食品を使った「カミカミ献立」、和食を中心とした「日本型食生活の献立」、旬の食材を使った献立、行事食などさまざまな工夫がされています。ご家庭でも、子どもたちの健康な体づくりの土台となる「食」について着目していただけるとうれしいです。

### ☆1年生初めての給食の様子☆



### おうちの方へ

- ※基本は献立通りの給食提供を行います。都合により多少メニューが変更される場合があります。ご了承願ひます。
- ※学校給食は食物アレルギー等に配慮しています。もし新たにアレルギーが分かった際には学校にご連絡ください。
- ※米飯代は、すべて新地町から補助金をいただいて提供しています。