

～食事は落ち着いて、よくかんで食べましょう～

ご入学・ご進級おめでとうございます

春の暖かな陽気に包まれる中、新年度を迎えました。これから始まる新しい生活に期待と不安が入り混じっていることと思います。今年度もみなさんの心と体の健やかな成長を願い、栄養バランスを考えた、安心安全な給食の提供に努めていきますので、よろしくお願い致します。

学校での「食育」

食育で育てたい6つの力

学校での食育の教材となるのが、毎日の給食です。学校での食育は、おもに次の6つの視点から、学校教育活動全体を通して、食に関する資質・能力を育てていくことを目指しています。

食事の大切さ、喜び、楽しさを知る



健康を保つための自己管理能力を身につける



正しい知識、情報をもとに食品を選ぶ力をもつ



食べ物を大切に、関わる人々に感謝する



マナーや思いやりの気持ちなど社会性を育む



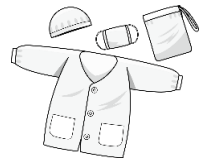
地域の産物や伝統的な食文化を知る



おうちのひとといっしょにみてくださいね!

今月の目標

「身のまわりを整えよう」



★マスクやハンカチを忘れないようにしましょう

★給食の前は、机のまわりを整頓しよう

給食当番の服装チェック

マスク
くちとはなを
おおいましょう

て
せついで
きれいに
あらいましょう

ぼうし
かみのけが
でないように
かぶりましょう

ボタン
きちんと
とめましょう

つめ
のびて
いませんか?



食べるときの良い姿勢

ごはんや汁物の入った
おわんは手に持つ

あし
足を床に
つける

せすじ
背筋をびんと
の伸ばす

ひじをつかない

いすに深く
こし
腰をかける

つくえから
机と体の間は、
こぶし1個分
あける



和歌山の春を味わおう!

うすいえんどう



うすいえんどうは、関西地方では春を告げる食材です。和歌山県は生産量が日本一です。粒が大きく、甘みがあり、ホクホクした食感が特徴です。たんぱく質、食物繊維、鉄分など、多くの栄養素が含まれています。豆ごはんや卵とじなどにして食べるとおいしいです♪