



5月 給食だより

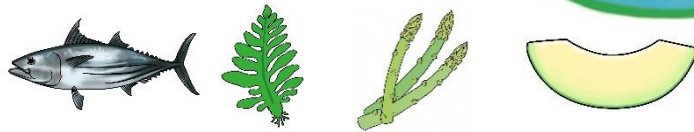
令和8年5月8日
横浜市立本町小学校
給食室

©少年写真新聞社2024

さわやかな季節になりました。学校では30日の運動会の練習が始まり、元気な声が聞こえてきます。もりもり食べて、運動会で力を発揮してもらえたらと思います。



5月の献立



- ◆ 旬の食材を取り入れました。
 - かつお わかめ さやえんどう キャベツ アスパラガス ごぼう じゃがいも さやいんげん メロン あまなつみかん
- ◆ 子どもの日にちなみ、行事食として五目ずしを取り入れました。
- ◆ 6月2日の開港記念日にちなみ、横浜にゆかりの深い献立を取り入れました。
 - 塩焼きそば 回鍋肉 麻婆豆腐 アイスクリーム

はじめての給食

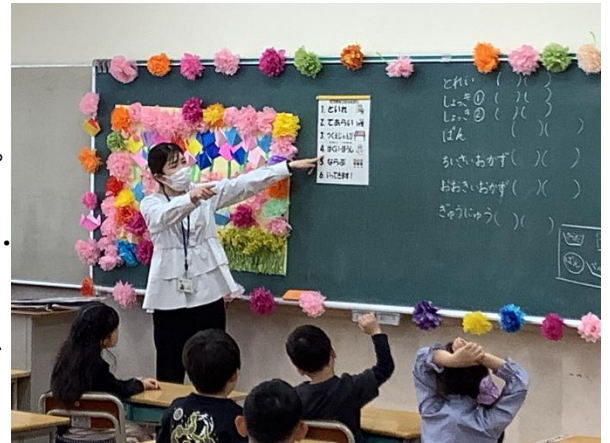
4月13日に1年生も他学年と同様に給食が始まりました。その日の様子をお知らせします。

各クラス、担任が給食前に指導をしました。始めに手洗いうがいをし、給食セット(マスクと帽子)を用意して、座って待つという、給食の流れを担当が説明しました。給食当番は白衣を身につけて、ボタンを止めて、帽子をかぶります。

自分のことはすべて自分でやるので、ボタンを留めるのに手間取っている児童もいましたが、小さい指で懸命にボタンホールにボタンを入れていました。

最後に、特製のメダルを首にかけて、身支度の出来上がりです。メダルには、自分の分担が書かれています。そして、給食当番全員で「いただきます」の挨拶をして給食を受け取り、パンや牛乳、ストローなど簡単なものは児童が配り、いよいよ食事です。給食当番は初めての大大役を無事に終えて、満足そうでした。

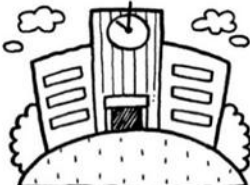
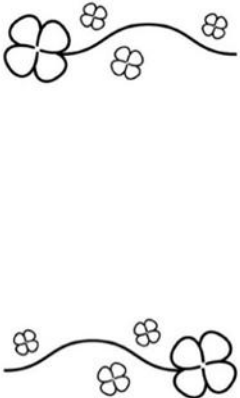
メニューはチーズパン・牛乳・ペンネミートソース・コーンサラダで、どの児童も、楽しそうに食べていました。



給食と家の食事との違いは？

学校給食は空腹を満たすだけでなく、7つの目標に沿って学ぶ時間です。ご家庭でも団欒を通して社交性を身に付けられるようにしたり、食品や料理を組み合わせることで栄養のバランスに気付けるようにしたりすると良いですね。また、お子さんと買い物に行き旬の食べ物に気づいたり、野菜などの栽培体験を通して農家の方のご苦労に心を寄せたりすることも意義深いと思います。

学校給食の7つの目標

<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> 	<p>②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができ、判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。</p> 	<p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。</p> 	<p>④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。</p>
<p>⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。</p> 	<p>⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。</p> 	<p>⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。</p> 	

食事中の姿勢を確かめましょう

4・5月は給食時間に教室を回り、児童の食事の姿勢を見て声掛けをしています。「背中がピンとしているね。」「お椀を手にもって食べているところがいいね。」「お箸の使い方が上手ね。」など、褒められた児童は少し誇らしそうに見えました。お椀を手にもって食べると、食べ物をこぼしにくくなります。

給食は大勢の人が一緒に食事をする場なので、相手が心地よく食べられるように、一人ひとりが心掛けることが大切です。保護者の方がよい食べ方のお手本を示すと、お子さんも真似しやすいと思います。

家庭は小さな会食の場なので、お子さんの姿勢に目配りいただき、声掛けしていただくと幸いです。

