

No. 1 R3. 4  
 栄養教諭 中村 智子

# ぱくぱく

新年度が始まり、1か月(1年生は入学して2週間)が経とうとしています。今年度も、みなさんにとって、学校給食が毎日の楽しみとなるように、調理士さんたちと力を合わせ、安心・安全でおいしい給食を、心をこめてつくります。

さて、そろそろ新しい環境にも慣れてきた頃でしょうか。緊張がとけてきて、体調をくずしやすくなっているかもしれません。新型コロナウイルス感染症の予防も、まだまだ続けていかなければいけない状況です。早起き・早寝で十分に休養をとり、栄養バランスのよい食事を意識して、健康管理を行うよう心がけてください。



全校で給食が始まりました♪

4月13日から、2年生～6年生の給食が始まりました。この日は進級お祝い献立の「牛肉のしぐれ煮どんぶり」と「紅白白玉のすまし汁」でした。

20日からは、1年生の給食も始まりました。初日は「カレーライス」と「ミックスフルーツ」、2日目は「ミートソーススパゲッティ」と、1年生でも食べやすいよう、子どもたちに人気の献立でスタートしました。

感染症予防のために、手洗いや、おしゃべりせずに食事をする指導を徹底しながら給食を実施しています。

13日の給食時間の様子



20日の1年生の給食時間の様子



学校給食では苦手な食べ物でも食べる努力をするよう指導しています。好き嫌いをしないように指導するのは、栄養面を考慮してという理由だけではありません。苦手な食べ物があるのは、悪いことではありません。子どもなら当たり前のことです。しかし、苦手だからと目をそらすばかりでは、問題は解決しません。そこで、食べることを通して苦手なことと向き合い、「苦手なことを積極的に克服していける人」に成長してほしいと願っています。この経験は、将来壁にぶつかったときや、人間関係で悩んだときなどにきちんと向き合い、逃げずに問題解決してこうとする態度・行動につながると思っています。

苦手な食べ物は、量を減らして「配膳された分は食べる」という約束にしています。子どもの味覚は成長するにつれて変わっていくので、食べる練習をしていくうちに、苦手なものが食べられるようになったり、大好きになったりすることもあります。

牛乳、苦手だけど、飲めるようになるように、ちょっとずつ毎日頑張ってるよ!



4/30(金) ご協力、よろしくお願ひします。  
 かんげい遠足は、「弁当の日」です!



1・2年	児童: 出来上がったものをお弁当箱に詰める 保護者: おにぎり、おかずづくり
3・4年	児童: おにぎりづくり 保護者: おかずづくり
5年	児童: おにぎり、おかず1品づくり 保護者: その他おかずづくり
6年	児童: おにぎり、おかずづくり 保護者: 見守り

各学年、発達段階に応じたお弁当づくりにチャレンジしてみましよう!  
 ※食物アレルギー等の関係により、児童同士のお弁当のおかずやおやつとの交換は禁止していただきます。ご家庭でもご指導のほど、よろしくお願ひします。