



残食0マン

皆実食育だより

平成24年10月



かんばんリンゴ

食欲の秋。秋はおいしいものが実り、収穫を迎える時期です。たくさんの実りに感謝し、大切にいただきたいですね。

はし検定

9月24日から28日まで給食委員会による「はし検定」を行いました。

事前に給食委員会の児童が各学級へ出向いて正しいはしの持ち方の指導をしました。



←給食委員会の児童による指導の様子



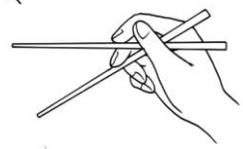
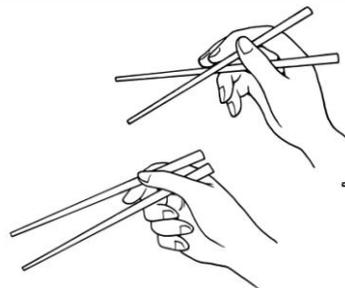
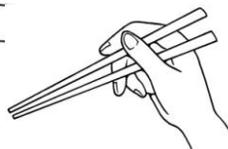
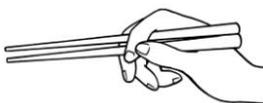
←検定の様子

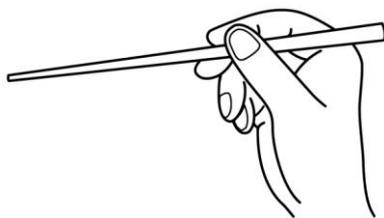
合格できなかったら→
もう一度練習です。



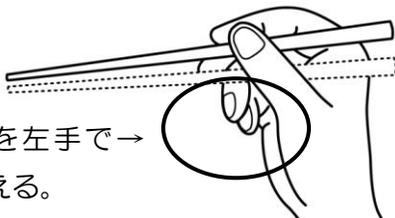
私たちが食事をするときに欠かせない食事道具である「はし」。食べ物を切ったりつまんだりするため、日本人の手先が自ずと器用になったともいわれています。和食の食事作法の中で、はしの役割は非常に重要です。はし使いがきちんとしていると、料理が食べやすく、一緒に食事をする人にも好印象を与えます。子どものうちに、正しいはし使いをしっかりと身につけておきたいものです。

こんな持ち方していませんか？



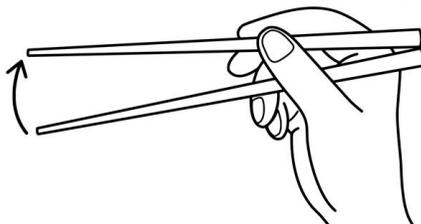


- ①はしを1本、えんぴつの持ち方で持ちます。
- ②数字の1を10回書いてみましょう。
(手首は動かさないように。)



ここを左手で→
押さえる。

- ③もう1本のはしを親指と人さし指の間からさし入れます。
- ④左手で右手の薬指と小指を押さえましょう。



- ⑤最初に持ったはしで、数字の1を10回書いてみましょう。
- ⑥できるようになったら、左手をはなして動かしてみましょう。

残食0をめざして2012 ～各委員会・クラブの取組～

給食の残食0をめざして、残さず食べようという取組について、各委員会やクラブでできることを出させていただきました。給食や食への関心が高まる取組ができました。

図書委員会

食育関連コーナーを図書室に設けて、本を展示する。

飼育・栽培委員会

ねぎを育てて、給食の食材にする。



運動委員会

食育の日を元気の日として、大休憩の外遊びを呼びかけ、おかかをすかせる。



計画委員会

皆実っこ朝会の時、ゲームの中で、食に関する問題を出す。

放送委員会

昼の放送で、昨年からはじめた「給食一口コメント」を今年も続ける。

保健委員会

委員会報告で、かぜの予防に関連して「バランスのよい食事」について発表する。



美化委員会

給食のゴミの分別の呼びかけと、食器の返し方がきちんとできているか調べる。



ダンスクラブ

「食育ダンス2012」に取組み、朝会で発表する。

食育授業 5年生

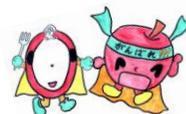
5・6年生は夏休み中に5日間の朝食づくり（つくってみようよ！自分の朝ごはん）にチャレンジしました。作った朝食の写真やイラストに自分の感想を書き、家族の方からのコメントをいただきました。

朝食について学習したことを生かし、家庭科の調理実習で作った料理を取り入れたり、初めて作る料理にチャレンジしたりと、どれもとてもおいしそうなお朝食でした。早起きをしてがんばった様子もうかがえます。

～【家族からほめてあげたい所など】より～

- ・ 買い物にも一緒に行っておはんに合いそうなメニューを考えました。品数もいつもより多く、豪華なおはんにになりました。
- ・ 和食の献立は副菜を考えるのが難しかったようです。給食でおいしかったのをヒントに、キャベツのゆかりあえを作ったところは感心しました。
- ・ 親の目から見て包丁づかいが危なくてヒヤヒヤしましたが、「自分でやる！」と言い切ってよくがんばりました。
- ・ 自分たちで作ったみそを使い、豚汁に挑戦！家族みんなから「うまいじゃん」とほめられ食欲もアップ！！時間がかかり大変でしたが、本人は満足感でいっぱいでした。日頃より、台所に立ちたがるので、時間があれば楽しく一緒に作りたいです。
- ・ 苦手な野菜もオムレツの中に混ぜ込んで、自ら食べられるように工夫することができてよかったと思います。
- ・ いろいろやってみて、気づいて、おいしく食べて、楽しんで作っています。「次はこうしよう！」と考えて作ることは大事だと思います。

お知らせ



今年度第2回目の学校給食試食会を11月30日（金）に行います。詳細は追ってお知らせします。ご参加お待ちしております。