



1年間の給食をふり返ろう

みなさんは、学校給食を通して給食の準備から片付けまでや手洗い、食器の並べ方、食事マナーのほか、食品に含まれる栄養素や献立の栄養バランス、食文化などさまざまなことを学んできました。下の表を確認しながら、できたことをチェックして、1年間を振り返ってみましょう。

<input type="checkbox"/> 空気の入れかえなどをして、食事環境をととのえられた	<input type="checkbox"/> 身支度や手洗いなどの食事前の準備が清潔にできた
<input type="checkbox"/> 重いものや熱いものに気をつけて、安全に運ぶことができた	<input type="checkbox"/> 献立にふさわしい衛生的な盛りつけや、食器の並べ方ができた
<input type="checkbox"/> いただきます、ごちそうさまの食事のあいさつができた	<input type="checkbox"/> はしの持ち方や食べ方などの食事マナーを身につけられた
<input type="checkbox"/> 栄養バランスのよい献立について、学ぶことができた	<input type="checkbox"/> 郷土食や行事食などの食文化について、知ることができた
<input type="checkbox"/> 環境や資源に配慮し、分別をして、片づけができた	<input type="checkbox"/> みんなで協力して手順よく片づけをすることができた

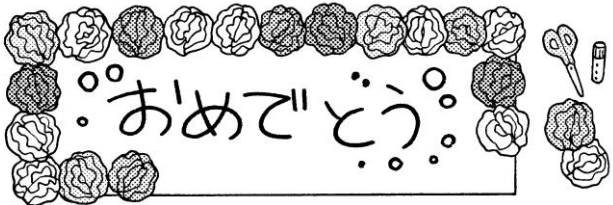
マナーを守って食べましたか?

<input type="checkbox"/> 食器を正しく並べられた	<input type="checkbox"/> 茶わんや汁わんは手に持って食べた	<input type="checkbox"/> はしを正しく持って食べた
<input type="checkbox"/> ひじをつかずよい姿勢で食べた	<input type="checkbox"/> 口を閉じて食べた	<input type="checkbox"/> 食べ終わるまで立ち歩かなかった



給食はおなかを満たす食事というだけでなく、栄養バランスのとれた献立や食事のマナー、食品の種類や特徴などについて学ぶことのできる「生きた教材」です。みなさんは毎日の給食を通して、さまざまなことを身につけてきました。給食で学んだことをふり返ってみましょう。

卒業・進学おめでとう!



ご卒業、ご進学おめでとうございます。成長すると、自分で食べるものを選んだり、料理を作ったりする機会も増えていきます。健康な体は毎日の食事から作られており、「未来の自分」をつくるための重要な土台となることを忘れずに、今まで学んだことや給食の献立を参考に、栄養バランスのよい食事を心がけてください。

1年間ありがとうございました!

この1年間、狛江第一小学校の給食は、いかがでしたか。この1年でどの子ども心身ともに大きく成長し、一段とたくましくなった様子がうかがえます。日々の給食や食育を通して、そのサポートができていたらうれしいです。



もうすぐ春休み! 新年度に向けて準備をする機会に

新年度が始まると、環境が変わり、心と体に負担がかりやすくなります。春休み中も早寝早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べて体調を整えておきましょう。