

11月 給食だより

朝晩の気温の差が激しく、体調を崩しやすくなっています。しっかり食べて早めに寝て体を休めましょう。また、新米のおいしい季節になりました。いろいろな品種のお米を食べ比べるのも面白いですね。

11月24日は和食の日です

「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産に登録されてから、今年で10周年を迎えます。日本には春・夏・秋・冬の四季があり、地域によって異なる気候風土のもとに、様々な食文化が育まれてきました。11月24日の「和食の日」は、給食はもちろん和食ですが、ご家庭でも和食を味わい、その魅力を感じ、日本の食文化について考える機会にしていいただければと思います。

また、微生物の働きによって保存性やおいしさを高めた「発酵食品」は和食には欠かせないことで、各地で食べ継がれてきた地域特有の食品が多くあります。



日本の食事のマナーを習得しよう

11月24日の和食の日に向けて、①食事の姿勢、②食器の置き方、③食器の持ち方、④はしのマナーについて、担任の先生の給食指導の参考になる教材を4回分作りました。そこで、第4学年の児童および担任の先生に協力を依頼し、10月末に食事のマナーに関するアンケートを取りました。11月に入ったら、和食の献立の日に給食指導教材を活用してもらいます。そして11月24日の「和食の日」は、しっかり食事のマナーが習得できているか、再度アンケートを取り児童の変容を見ます。その後教材はTeamsに上げて、給食時間に全学年が見られるようにします。大いに活用してほしいと思います。

①

しよく ちゆう せい 食事の姿勢



②

クイズ!

和食を食べる時、
ごはんと汁もの置き方で正しいのはどちらでしょう。



③



④

おはしのマナー この嫌いな箸は何というでしょう?



10月のもりもり大賞は?



9月はよく食べていたのですが、夏の猛暑と残暑、そして1日の激しい気温の変化などが原因なのでしょう。体調も崩しやすくなり、食欲が落ちてしまった10月でした。夏に成長した子供たちだったので、給食の配食量を調整したばかりだったのですが、無理のない量に再調整を行います。そのような中でもパーフェクト完食を続け1位の座を譲らない**4年1組**。いつも元気に挨拶してくれるのがとても励みになります。次いでパーフェクト完食が続く**3年3組**。私の顔を見ると「いつもおいしい給食ありがとうございます」と大きな声で言ってくれます。続いて**6年3組**、**5年3組**です。

どのクラスも盛り付けがとても上手になり、1年生も食缶はほぼすべて空っぽになっています。配食された量は、各学年にあった量なので本来は盛り切ってもらいたいです。食べられる量は個人差があるので、自分の食べられる量を考えながら、主食・主菜・副菜・汁物を少量でもいいのでバランスよく食べてほしいです。