

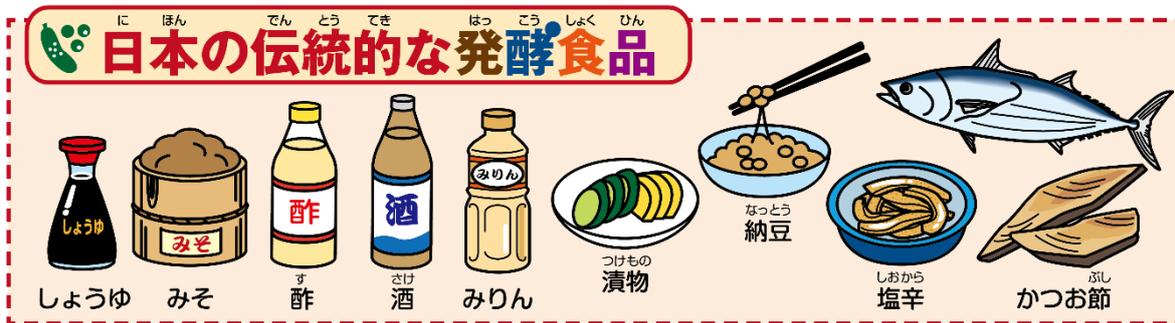
11月 給食だより

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。

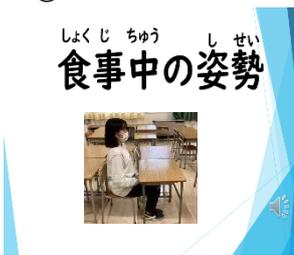
また、微生物の働きによって保存性やおいしさを高めた「発酵食品」は和食には欠かせないことで、各地で食べ継がれてきた地域特有の食品が多くあります。



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



②



③



④



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。