

給食だより



令和8年5月号

千代田町学校給食センター

うちのひととよんでね

今月の給食目標

食事のマナーを身に付けよう

毎月19日は

「いただきます」の日



木々の緑がまぶしい5月、新しい学年がはじまり1か月が経とうとしています。新しい学年、学校生活に慣れてきましたか？新しい友だちと新しい味に会いながら、じっくり味わう給食時間にしていきたいと思います。また、4月からの新しい環境での疲れが出やすい時期でもあります。家庭では早めに休み、十分な睡眠をとるように心がけましょう。

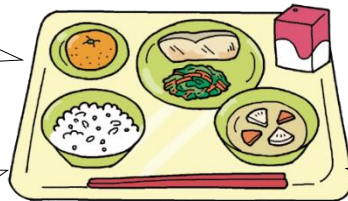
マナーを守って、食事を楽しみましょう

食事のマナーを身に付ける理由は、大きく分けて二つあります。ひとつめは、自分自身がスムーズに食事をすすめるため、ふたつめは、一緒に食事をとる人と楽しい時間を過ごすためです。基本的なことを覚えてこれからの食生活に取り入れていっていきましょう。

食器の配膳を確認

おかずは奥に

ご飯は手前の左側



みそ汁・スープは手前の右側

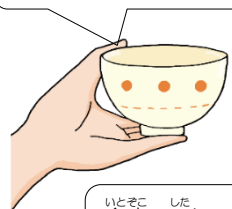
音をさせないで



口を開けたままかむと、くちやくちやくと音がしてしまいます。この音を不快に思う人は多くいます。食べ物は口を閉じてかみましょう。

お茶碗は手に持って

親指をお碗のへりにかける。



糸底の下に、ほかの4本の指をそろえて置く。

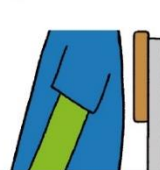
姿勢よく！

よい姿勢をつくるためのポイント

いすに深く座る



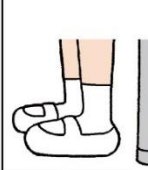
背もたれに寄りかからない



机と体はこぶし1つ分あける



両足を床につける



背筋を伸ばす。

ひじをつかない。

6月に食べたいメニューを教えてください!!

今の小学2年生～中学3年生のみなさんには、昨年度の終わりに食べ物アンケートをおこないました。そこから、皆さんがどんな食べ物が苦手かを知ることができました。今年も、皆さんが苦手な食べ物に少しでもチャレンジできるように、6月から2種類のうちのどちらの料理だったら食べられるかのアンケートを行いたいと思います。

6月はトマトを使ったメニューにチャレンジしてもらいます。2つのメニューのうち、どちらのメニューだったら食べられるか考えて選んでください。多く選ばれた方を、6月の給食でだそうと思います。どちらの料理ができるかは、6月の献立表で発表します。どうぞお楽しみに!!

セレクトメニュー参加のしかた

- ① 下のQRコードを読み込み、アンケートフォームを開きます。
- ② 2つのメニューが載っているので、食べたい方を一つ選び、送信をおします。



お願い

- ・回答は、ひとり一回でおねがいします。
- ・5月10日(日)までに回答してください。



毎月19日は食育の日

5月の食育動画をご紹介します!!

毎月19日は食育の日です。そこで、毎月19日の前後の給食時間に、月ごとの給食目標にあわせた内容の動画を各クラスで見えています。5月の動画のテーマは「はしや食器のマナー」です。ここでは、5月にお届けする動画の一部をご紹介します。

正しいはしの持ち方にするには

箸を正しく持てるようになると「つまむ」「すくう」「まぜる」「きる」「よせる」など、いろいろな動きができるようになります。



- ① 親指・人差し指・中指がよく動かせるようにします。



- ② 親指と人差し指の間に箸をおき、薬指で支えます。(下の箸)



- ③ 親指・人差し指・中指で、鉛筆を持つように上の箸を持ちます。