

食育の日にちなんだ献立（小学校）

から指導できることの参考資料

12月18日(金) 麦ご飯 牛乳 鯖しょうが煮

かぼちやの煮物 いもの子汁

<食べる力>

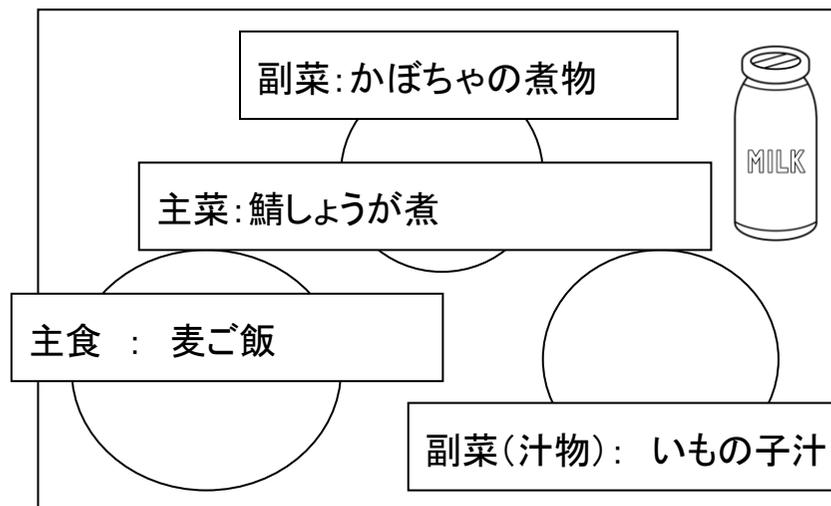
- 食事のマナー《食器の置き方、はしの持ち方、交互食べ(三角食べ)など》
(※ 低・中学年)
- 栄養のバランスのよい、主食・主菜・副菜のそろえ方を知る。(※ 高学年)
- 食事の前の手洗いをきちんと行う。

<感謝の心>

- 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをはっきり言う。
- 給食を友だちと楽しく食べる。

<郷土愛>

- 長く伝えられてきた、行事食があることを知る。
(冬至かぼちや)



児童のみなさんと食事をされる先生へ

二学期もあとわずかです。

二学期は新型インフルエンザが猛威をふるい、学校にさまざまな影響を及ぼしたと思います。

給食センターでも、かつて経験したことのない程、学級閉鎖、学年閉鎖の対応におわれました。

今後もどのようなウィルスが出現するか分かりません。

ウィルスに対抗するために、体の免疫力を高める必要があります。

そのために、栄養、睡眠、適度な運動が大切であることを改めて感じます。この機会に、好き嫌い、特に野菜の好き嫌いは、かぜやインフルエンザ予防のためにいけないことを強調してご指導いただければと思います。

インフルエンザのおかげといっはなんですが、マスクの着用、うがい、手洗いなどよい衛生習慣が身についたように見受けられます。

継続できるとよいですね。