



ひたちなか市立長堀小学校
 令和4年3月10日
 毎月19日は「食育の日」です



長堀小・給食キャラ「トマトンギョ」

寒さもゆるみはじめ、春の訪れがそこかしこに感じられます。今年度も残りわずかとなりました。1年間にわたり、おいしい給食を食べながらさまざまな食に関することを学んできました。これまで学んできたことをふりかえって、今後の生活に生かしましょう。

こんげつ きゅうしゅくもくひょう
今月の給食目標

ねんかん きゅうしゅく はんせい
「1年間の給食の反省をしよう」

1年間の給食を振り返りましょう!

「新しい生活様式」バージョン



この1年間の給食時間を振り返り、よくできたことに○を、できなかったことに×をつけましょう。できなかったところは、今のうちに見直し、進級前にできるようにしておきましょう。
は、自由に書きましょう。

<p>給食の前にしっかりと手を洗えた</p> <input type="text"/>	<p>手を洗うときや、給食を配膳するときなど、前の人と間をあけて並べた</p> <input type="text"/>	<p>給食当番のときに、身じたくをきちんと整えることができた</p> <input type="text"/>
<p>食べる時以外、マスクをしていた</p> <input type="text"/>	<p>「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつがきちんとできた</p> <input type="text"/>	<p>前を向いて、話をせず静かに食べられた</p> <input type="text"/>
<p>よくかんで、味わって食べることができた</p> <input type="text"/>	<p>自分に必要な量を意識して、なるべく残さず食べられた</p> <input type="text"/>	<p>食事のマナーを守ることができた</p> <input type="text"/>
<p>食器を正しく片付けることができた</p> <input type="text"/>	<p>給食を通して、 <input type="text"/> が学べた</p>	



ご卒業を迎えるみなさん、おめでとうございます。



それぞれの学校で勉強や運動をがんばるためには、よりよい食生活を続けることが大切です。

中学生になると、自分自身で食事を選ぶ機会が少しずつ出てきます。何を選んだらいいか迷った時は、学校給食を思い出して、参考にしてみてください。健康な心と体は毎日の食事の積み重ねによってつくられます。食べることを大切にして、健康に成長していってくれることを心より願っています。

お手伝い 自分にできることを探そう！

家事には、食材の買い物や調理の手伝い、配ぜんや片づけなどさまざまな仕事があります。お手伝いは、親が助かるからやってもらうのではなく、子供たちの自主性や自尊心を高めることにつながります。

もうすぐ新しい学年に進級し、子供たち自身ができることも広がります。ぜひ、このタイミングに家族で話し合い、家族の一員として新たに手伝えることを探してみてくださいはいかがですか？

献立を考える 	買い物 	下ごしらえ 	調理の手伝い
ごはんをよそう 	配ぜん 	お茶を入れる 	食器洗い

家族のために協力
してくれるかな？



家族で食事をしていますか？

新型コロナウイルス感染症の流行によって、今まで当たり前だった生活が一変、子供たちにとって我慢を強いられていることも多かったことと思います。

一方で、オンライン等の導入等、働き方も見直され、家族がそろって食事をする「共食」の機会が増えた家庭も多いと思います。共食は、心と体の健康にとってよい効果をもたらします。「新しい生活様式」を実践する中で、工夫をしながら共食の機会を増やしていただければと思います。

離れている家族とは
オンラインで♪



保護者の皆様へ

日頃より本校の食育、そして学校給食の取組に深いご理解とご協力をいただきまして、誠にありがとうございました。今年度も新型コロナウイルス影響を受け、会話禁止の前向き給食など、制限の多い中での給食の実施となってしまいましたが、そのような中でも子供たちは毎日の給食を楽しみにしてくれていました。SDGsなどの学習に学校全体で取り組んできたこともあり、もともと少なかった残食も、1年を通してさらに少なくなっており、毎日残食を確認する度嬉しく思っています。

新年度からは、給食室の改修に伴い、給食センターからの配食となりますが、これまでどおり安全でおいしい給食を届けていきます。どうぞよろしく願いいたします。