

食育だより

2024年(令和6年)

10月8日

竹尋小学校

保健室



はしは正しく持っていますか…?

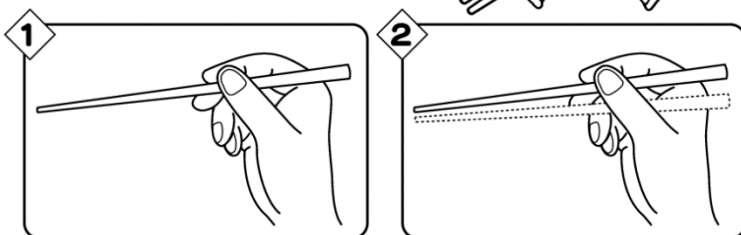
はしの持ち方 レッスン!



みなさんは、食事をするとき、はしを使う場面がたくさんあるとおもいます。正しく持つことはできていますか? はしを正しく持たないと、食べ物が滑ったり落ちたりして、美味しく食べることができません。それだけではなく、たくさんつかむこともできず、食事に時間がかかってしまいます。

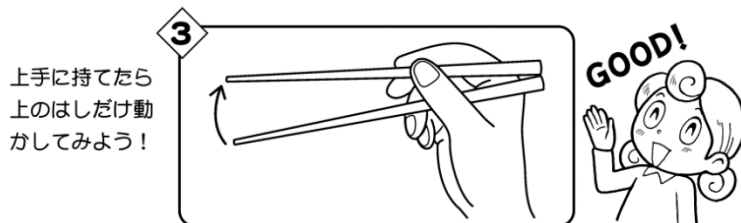
まずは、右にあるイラストを見て、手元にあるえんぴつで、はしのもち方を練習してみましょう。えんぴつの持ち方も合わせてチェックしてみてください。

正しく持って、美味しく食事ができると良いですね。



えんぴつを持つように1本を持つ。

点線の部分にもう1本を入れる。

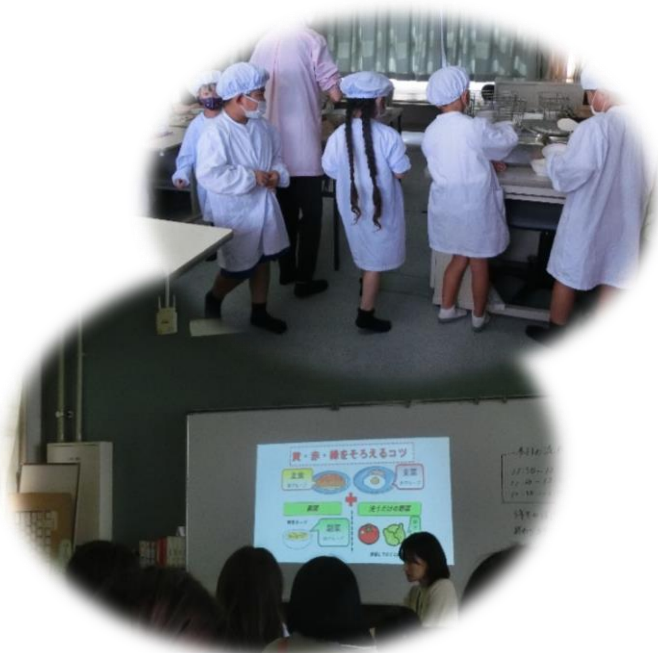


上手に持てたら上のはしだけ動かしてみよう!

保護者の皆様へ

先日、1・3年生の保護者の方をお招きして、給食試食会を実施いたしました。新型コロナウイルス感染症の影響で中止しておりましたが、昨年度から再開しております。昨年度に引き続き、多数ご参加いただきました。ありがとうございました。子ども達も、普段とは違った給食の時間を楽しんでいました。

栄養士からは、朝食の必要性や献立の工夫など、様々な話がありました。講話の参考資料がございますので、必要であれば保健室までお声がけください。今後、ご家庭での参考にしていただければと思います。また、福山市のホームページには、学校給食の献立が掲載されており、栄養価の記載もありますので、ぜひ参考にしてみてください。



献立が掲載されています!

<https://www.city.fukuyama.hiroshima.jp/site/kyoiku/117464.html>