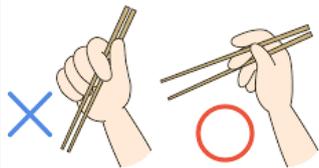




《1年間を振り返ってみましょう!》

3月19日(木)で今年度の給食が終了します。今年度も、給食を通して、食事のマナー、栄養バランスや健康によい食事のとり方、郷土料理や行事食など、一人ひとりが「食」について学んできました。この1年間でどのような成長が見られたでしょうか。ご家庭でも、ぜひ一緒に振り返ってみてください。

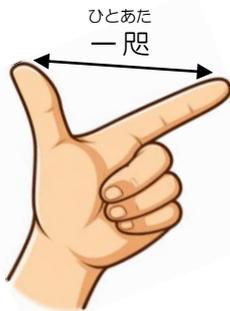
🌸できている項目は口の中にチェックをつけましょう。🌸

<input type="checkbox"/> 食事の前に石けんで手を洗っている。 	<input type="checkbox"/> 食器を正しく並べられる。 	<input type="checkbox"/> 茶わんを手を持って食べている。 	<input type="checkbox"/> はしを正しく持つことができる。 
<input type="checkbox"/> よくかんで食べている。 	<input type="checkbox"/> ひじをつかずによい姿勢で食べている。 	<input type="checkbox"/> 食べ残さないように努力をしている。 	<input type="checkbox"/> 行事の時に食べる料理を知っている。 

《いつも使っている「はし」を見直してみよう!》

この1年で、心も体も大きく成長したことと思います。体の成長に合わせて、食器具も使いやすい物、適切な物を選ぶことが大切です。この機会に、いつも使っている「はし」を見直してみよう。

理想のはしの長さは「一咫半」です。



ひとあたま

親指と人差し指を直角に開いた時の長さを「一咫」といいます。
一咫の1.5倍の長さ(一咫半)が理想のはしの長さとしてされています。

(例) 一咫が12cmの場合 ⇒ 12cm×1.5倍=18cm

(目安) 6~10歳頃 18cm~
高学年以降 19~21cm



今年度も、給食へのご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。来年度も、食育の推進を図るとともに、安心でおいしい給食づくりに努めてまいります。

