

# 給食だより5月号

平成31年4月26日発行  
葛尾村学校給食センター

新年度の学校生活が始まって、1カ月がたちます。子どもたちも新たな環境に少しずつ慣れてきたことでしょう。

しかし、疲れがたまり、体調を崩しやすい時期でもありますので、次の3点に注意して生活することをご家庭でも心がけてください。

◎早寝早起きをする ◎生活のリズムを整える ◎栄養を十分にとる。



## 葛尾小学校 〈5月の給食指導の目標〉

### ○食事のきまりを守ろう

- 低学年：給食のきまりを知り上手に食事ができる。
- 中学年：給食のきまりを守り静かに食事ができる。
- 高学年：積極的に給食のきまりを守り、お互いに気持ちよく食事ができる。



## 葛尾中学校 〈5月の給食指導の目標〉

### ○望ましい食事のマナーを身につけよう

- ・良い姿勢で、はしを正しく使って食べることができる。
- ・食前食後のあいさつができる。
- ・食事の適切な話題を選ぶことができる。
- ・偏食をせずに、食事をするすることができる。
- ・協力し合って、準備をすることができる。



## 【5月のめあて】 食べもののはたらきについて知ろう

### そろっているかな？ 3つの食品グループ

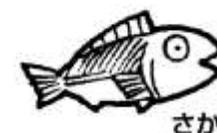
**あか**  
**赤のはたらきをもつグループ！**  
からだ 骨  
**体** や骨をつくるはたらきをもつよ！



肉



卵



さかな



豆・豆製品

**き**  
**黄のはたらきをもつグループ！**  
からだ エネルギー  
**体** を動かすエネルギーのもとになるよ！



油



バター・マーガリン



マヨネーズ

**みどり**  
**緑のはたらきをもつグループ！**  
からだ ちょうし  
**体** の調子をととのえて、カゼを予防するよ！



みかん



キャベツ



いちご



パセリ



かき



# 給食上手に食べられるかな！？



幼稚園で冬を越したサナギが、綺麗なアゲハ蝶となって飛び立っていき  
ました。子どもたちも学校で、毎日すくすくと成長している姿がうかがえ  
ます。たくさん食べて、大きく育ててほしいです！ 今回は、幼稚園、小  
学校、中学校の給食の様子を紹介します！！



幼稚園給食の様子

幼稚園では、2歳児は給食の食べ方から学んでいます。  
食べる際には、姿勢を良くすること、茶碗を持つこと、はしを正しくもつこと  
など、細かいところまで幼稚園教諭が指導しています。  
みんな、好き嫌いもせずに食欲旺盛に食べていました。



姿勢よく食べる4、5歳児。去年と比べると、みんな食べ方に成長が  
見られます。2、3歳児の良い見本になりますね。

小学校では、今年も給食開始後の5分間は無言で食べる「モグモグタイム」  
を実施し、食べることに集中してマナーの向上を図っています。

新入生である1年生は、好き嫌いを克服しようと日々がんばっています！  
1日1日の成長が目覚ましく、見ているのが楽しくなるほどです！



小学校

中学校は給食当番制で、当番が中学生と中学校職員の分を配膳します。  
中学生になると、給食の量は格段に増えますが、「おかわりする人？」と声  
をかけると、サッと手を上げます。とても頼もしいです。



中学校