



# 6月給食たより

阿品台西小学校  
栄養教諭 重村みゆき



毎年6月は、国が定める「食育月間」です。「食育基本法」では、「子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも『食』が重要である」とした上で、食育を、「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの」「様々な経験を通じて『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる」と位置付けています。

## めざせ！食事のマナー名人！

廿日市学校給食センターでは、6月の食育月間に、食事の作法やマナーを習得することをねらいとした食育指導資料を作成しました。6月の給食は、指導内容と関連させた献立となっています。本校でも、以下の内容の指導を給食時に行う予定です。ご家庭でも話をして、学んだことをお家の食事でもぜひ実践してみてくださいね。



### <第一週> 6月1日(水)～3日(金) 「心をこめて食事のあいさつをしよう」

○「いただきます」「ごちそうさまでした」の意味について

### <第二週> 6月6日(月)～10日(金) 「背すじをピンとのばして食べよう」

○背筋を伸ばして食べる良さについて



### <第一週><第二週> 歯と口の健康週間(6/4～10)

○噛み応えのある食材やカルシウムの多い食材を活用しています。

<b>3日</b>  ごぼう なめこ えのきたけ	<b>6日</b>  ししゃも 茎わかめ	<b>7日</b>  まいたけ しめじ しらすほし
<b>8日</b>  切干大根	<b>9日</b>  ごぼう シチュー(牛乳)	<b>10日</b>  小いわし ひじき



### <第三週> 6月13日(月)～17日(金) 「食器を正しく配ぜんしよう」

○食器の正しい配膳(位置)について

- ・主食は左、汁物は右に置くことを意識できるよう、この週は毎日汁物のついた献立にしています。

### <第四週> 6月20日(月)～24日(金) 「はしを正しくもとう」

○箸の持ち方について(動画を用いて、箸の正しい持ち方を紹介します。)

- ・箸の使い方を意識できるように献立にしています。



### <第五週> 6月27日(月)～30日(木) 「食事のマナーをマスターしよう」

- ・第1週～第4週までで学んできたマナーを意識しながら食事をします。