

5月食育だより

令和7年5月1日
上尾市立今泉小学校

◇毎月19日は食育の日◇

疲れが出てきた時こそ、規則正しい生活を！

新緑のまぶしい季節となりました。子供たちは新しい環境に慣れてきた頃と思いますが、同時に疲れも出てくる時期でもあります。そんな時は、「規則正しい生活・バランスのとれた食事・しっかり休養をとる」ことなどを心がけ、運動会練習など全力で取り組めると良いですね。

4月給食時間の様子



給食時間に栄養教諭が教室を巡回していると、今泉小の児童は異動してきたばかりの私にも、気さくに声を掛けてくれます。「今日の献立全部おいしい!」「もっと食べたい!」などのうれしい言葉や、「この献立また出してください。」「もうちょっと辛くして下さい。」(→1年生に合わせているので辛くするのは難しいと答えました。)などのリクエスト、「苦手な食べ物はどうやったら食べられますか?」などの質問など、毎日の子供たちとのやりとりが楽しいです。子供たちの声を私自身献立作成に生かしたり、調理員さんに伝えたりすることで日々の給食づくりに生かしていきたいと思います。

また、1年生も2日間の練習給食を経て、4月17日から給食がスタートしました。多くの先生方のサポートを受けながら、給食当番の仕事や配膳の方法を日ごとに覚えて、少しずつ慣れてきています。何事も最初が肝心です。給食の決まりをしっかり覚えて、安全で楽しい給食時間を過ごせるよう、これからも見守っていきます。



ワゴンをゆっくり運ぶ様子



当番活動前の健康チェック



おはしを使って食べている様子

ご家庭へのお願い

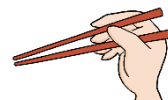


1 給食用マスクの用意について

給食のマスク忘れが見られます。学校生活ではマスクを着用しなくても、給食時間は当番以外も、全員必ずマスクを着用しますので、お子様に持たせてください。

2 おはしの持ち方について

給食では給食室から献立内容に合わせて、おはしや先割れスプーン、フォークのいずれかを提供します。おはしの使い方に慣れていないと、上手く食べ物がつかめず、時間内に食べきれないことも考えられます。ご家庭でも正しい持ち方でおはしが使えるように練習させてください。



3 お子様が1人でできるよう見守りを

パンやふりかけの袋を開ける、果物の皮をむくなど、ご家庭でもお子様にやらせてください。

