

給食たより

佐世保市立黒島小学校・中学校
～第2号 5月18日（木）発行～
文責：栄養教諭 荒木沙耶香



★旬の食材を味わって食べることができました！

5月に入って、新じゃがや新たまねぎなどの旬の食材がご家庭でも出回っていることと思います。

給食でも、長崎県産の新じゃがや水分たっぷりの丸々とした新たまねぎが納品されているところです。ホクホクとした食感の新じゃが、スープに入るトロツとした新たまねぎ、1日には**こどもの日メニュー**として**柏餅**、15日には苦手な人が意外と少なかった**グリーンピースごはん**など、旬の食材を味わうことができました。明日19日「**食育の日**」の給食には、長崎で水揚げされたさばを使った**魚の甘酢あんかけ**、吉井町産の**吉井リゾートメロン**を地場産物として取り入れています。

特に、吉井リゾートメロンについては、毎年給食に出す度に、生産者の顔写真やどのように作られているのかなどを給食時間に紹介していることもあり、子ども達にとってなじみのある食材です。今回も、**自然の恵みや生産者の方に感謝しながら**、食べてくれるものと思います。



★5月の給食目標「食事マナーを身に付けよう」

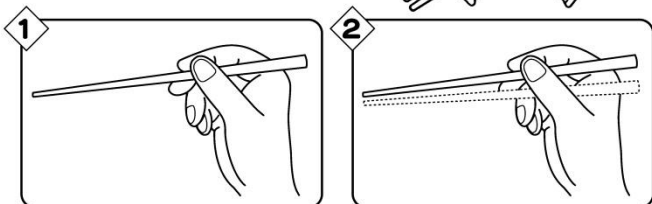


ご家庭での子ども達の食事マナー、いかがでしょうか。5月の給食目標にちなんで、正しい姿勢、正しいお椀の持ち方、正しいはしの持ち方について指導しました。

～姿勢についての話の内容～

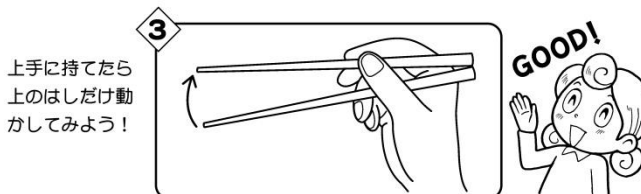
姿勢は、**相手に対する心を表す形の基本**です。食事の時の姿勢が悪いと、印象が悪いだけでなく、食事を作ってくださった方に、感謝の心を表すできません。食事をする時は、背筋をのばして、机と体の間にはこぶし一つ分をあげ、足の裏をしっかりと床につけて座りましょう。

はしの持ち方 レッスン！



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！



《ミニ知識☆なぜ正しく持つとよいの？》

糸底を支えて持つと、温かいごはんが入っていても熱さを感じにくく、持ちやすいです。また、見た目も美しく、安定して持つことができます。これは器を丁寧に扱うことにもつながります。

