

大謝名小 5 年生 食育通信 「のびる」

しょくいくつうしん



令和 2 年 6 月 1 号

宜野湾市立はごろも学校給食センター

(沖縄県立総合教育センター研修員)

栄養教諭 安慶名 恭子

のびるくんは、宜野湾市教育委員会イメージキャラクターです。宜野湾市特産「たいも」のようせいで、子供たちの勉強や才能がのびてほしいという願いがこめられています

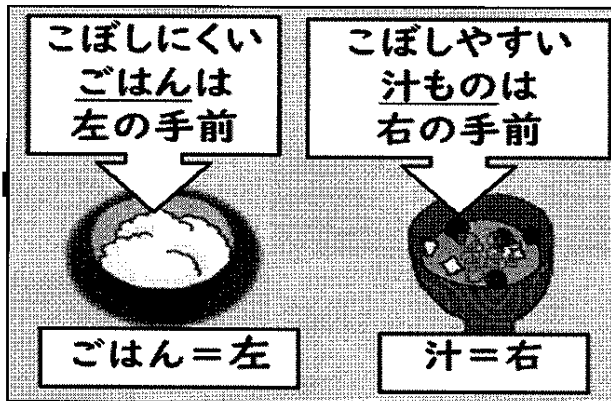
毎月 1 回 (5 月～12 月まで計 7 回)、給食の時間の食事時間の約 5 分間を活用し「給食の時間における食に関する学習」を行っていきます。テーマは毎月変え、いろいろな内容を子供たちに伝えていきます。ご家庭でもお子様と一緒に話題にさせていただけると嬉しいです。

5 月の学習内容

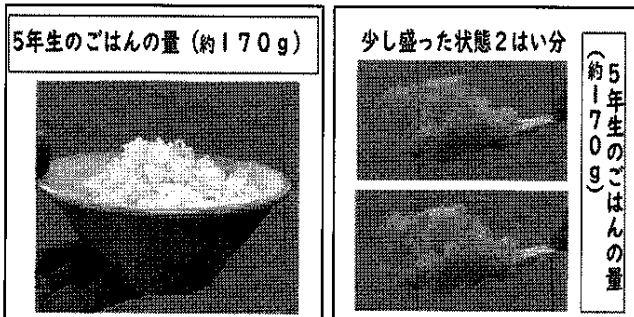
- ① 「正しい食器の置き方」について
- ② 「5 年生のごはんの必要量」について



① 「正しい食器の置き方」について



② 「5 年生のごはんの量 (めやす量) について」

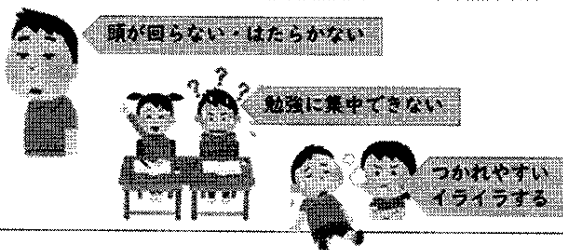


上記の写真は、学校給食のご飯の目安量です。ご家庭でも参考にしてみてくださいね。

主食をしっかり食べよう

・黄の食品

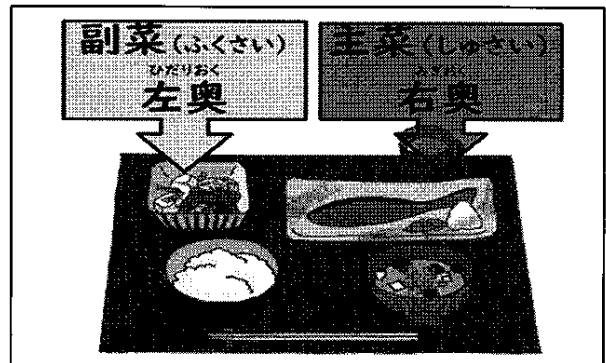
・エネルギー不足になると



保護者の方に「食に関するアンケート」へのご協力をお願いしております。QRコードを読み込み



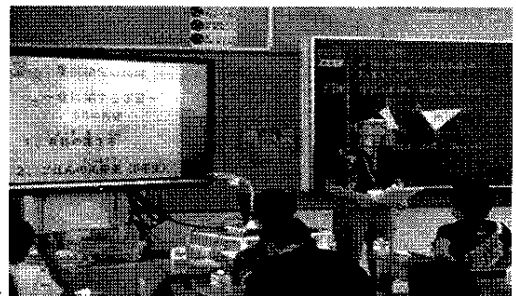
6 月 15 日 (月) までに送信してください
ますようお願いいたします。



◎和食では、主菜、副菜の器は、持たない

◎おはしの先は、左むきにおきます。

5 月 29 日 (金)
給食の時間における食に関する学習の様子



食に関する学習・児童の感想

・5 年生になると、ごはんの量が 170g もたべると知りびっくりした。しょっきの置き方もいきまじえていきたい。

・人間は、とりや牛などのいのちをいただいているので、お米にもかんしゃします。

・りょうりによって置く場所が決まっていることを初めて知りました。これからは、しょくじの時に意きしていきたいと思います。

・ごはんが左、しるは右だと知ってはいたが、はしのむきは知らなかった。

☆次回も子どもたちの感想や目標をしょうかいしていきます。