

# 給食だより



春日部市立宮川小学校

おうちのかたと  
いっしょに  
よみましょう

木々の葉が緑色に色づき、さわやかな風が吹く季節になってきました。とても過ごしやすい時期です。しかし、5月は季節の変わり目でもあり、4月からの疲れもでてくる時期です。早寝早起きをし、しっかり食事をとり規則正しい生活をしましょう。



5月の給食目標

## よい食べ方を身につけましょう

### 旬の食べ物にふれましょう

今年度も1・2・3年生は体験学習を行います。野菜のさやむき、皮むきを通して旬の食べ物に直接触れ、興味や関心をもってもらいたいと思います。どの日も給食で使用します。

1年生・・・5月26日に「そら豆のさやむき」を行います。

2年生・・・7月に「とうもろこしの皮むき」を行います。

3年生・・・5月16日に「グリンピースのさやむき」を行います。



### お誕生日会食が始まります

1年に1回だけ、同じ誕生月のお友だちや先生方と一緒にランチルームでお誕生日メニューの給食を食べます。その日の献立以外に、特別にジュースやおかず、ケーキがつきます。健康委員会さんからベルのプレゼントもあります。楽しみにしててください。



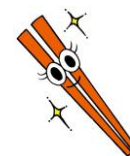
# 茶わんを正しく持ちましょう



日本では、茶わんなどは、手で持って食べます。みなさんは、正しく茶わんを持つことができますか？

茶わんのふちの部分「へり」、下に突き出ている部分のことを「糸底」といいます。茶わんを持つ時は、親指をへりにかけて、残りの4本の指で糸底を支えます。この時、4本の指はそろえましょう。親指や人さし指などをへりにひっかけて持つのは、安定性が悪く、見た目も美しくありません。また、糸底を手で支えないと、熱くて持ちにくく、こぼす原因にもなります。

茶わんなどは正しく持つことで見た目も美しく、安定させることができ、器をていねいに扱うことにもつながります。持ち方に自信がない人は特に意識して、持ちましょう。

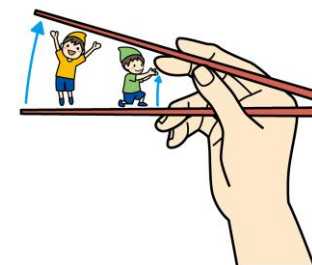


## はしの持ち方は大丈夫ですか？

はしをきちんと持つと手や指に負担がかからずに食べ物をはさみやすく、スムーズに食事を行うことができます。

きっとこれからみなさんは、国際的な場で活躍する人も多いと思います。

ぜひ、日本人として、正しいはしの持ち方や茶わんの持ち方をマスターして、美しい「和」の食事の仕方を身につけましょう。



★こんな持ち方は、しないようにしましょう★

