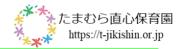
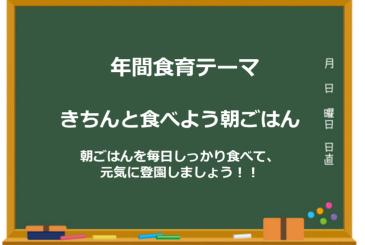
5月の給食だより



新緑の青葉

新年度から1ヵ月が経ち、新しい生活にも少しずつ慣れてきたころでしょうか? 給食も新しい環境にまだ慣れなっかたり、学年があがり量も増えたことで、 なかなか食べきるのが大変な子もいると思います。少しずつでも好き嫌いなく、 いろんな食材を食べて、楽しい給食の時間を過ごしてもらいたいです。







食事のマナー

食事マナーを子どもに教えるときには注意が必要です。食事中にマナーのことを厳しく言われ続けると「楽しい食事の場」が「注意される場」になってしまい、食べることへの意欲がなくなってしまいます。「楽しい雰囲気の中で食べる」ことが大切です。

悪い食事マナーが癖になってしまうと、なかなか直すのが大変になってしまうので、癖になる前にしっかりと正しい食事マナーを身に着けていきましょう。

- □ お椀やお皿を持つ。小さいお子さんはお皿に手をそえる
- □ 足と床は仲良しに
- □ おなかと机も仲良しに
- □ 「いただきます」と「ごちそうさまでした」
- □ 遊び食べや食べ歩き

食事マナーをいくつか紹介しましたが、一度に全部教えるのは難しいので、少しずつ教えていきま しょう!

5月5日 こどもの日

こどもの日は端午の「節句の日」でもあります。

子どもたちみんなが元気に育ち、大きくなったことをお祝いする日です。

- □こいのぼりを飾ろう
 - 一番大きい鯉は真鯉・・・黒い色
 - 二番目に大きい鯉は緋鯉・・・赤い鯉
 - 一番小さい鯉は子鯉・・・青い鯉
 - 一番上にカラカラと回る矢車や吹流しをつけて飾ります。
- □ちまきや柏餅を食べよう

こどもの日の食べ物といえばちまきや柏餅ですが、こいのぼりやかぶとをモチーフにした料理は見た目でも楽しめますので、ご家庭でも子どもと一緒に作ってみましょう!

