

新年度が始まって、1か月がたちました。子供たちも新たな環境に少しずつ慣れてきたことと思います。一方で、新年度の緊張や連休による生活リズムの乱れなどから、体調を崩しやすくなる時期でもあります。元気に学校生活を送るためにも、早寝早起きをして、きちんと朝食をとり、生活リズムを整えましょう。

《今月の給食目標…食事のマナーを身に付けよう》

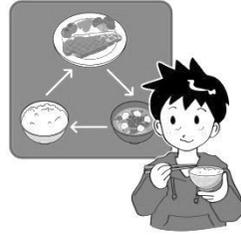
マナーは、みんなが気持ちよく過ごすためのルールです。食事のマナーも、みんなが楽しく食事をするために、必要で大切なルールです。食事のマナーには、「あいさつ」「はしの持ち方」「姿勢」「食べ方」など様々なものがあります。食事のマナーについて、今一度振り返り、楽しい食事になるように心がけましょう。

✿良い姿勢✿



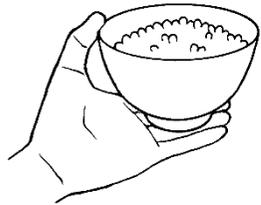
背筋をのばし、和食の時は器を持っていただきます。「犬食い」にならないよう注意しましょう。

✿ごはんとおかずは交互に食べよう✿



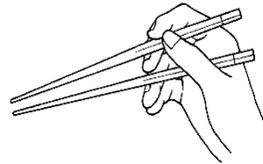
1つのものばかり食べず、ごはんとおかず、汁ものを交互に食べるとバランスよく食べることができます。

✿茶わんの正しい持ち方✿



親指以外の4本の指をそろえて伸ばし、指の腹にごはん茶わんの糸底をのせます。親指は、ごはん茶わんのへりにかけます。

✿はしの正しい持ち方✿



上のはしは、鉛筆を持つように持って、下のはしは、親指のつけ根と薬指の第一関節あたりで軽く持ちます。

《2年生がそらまめのさやむき体験をします！》

7日（水）には、2年生が生活科の授業でそらまめのさやむき体験をし、むいた豆を給食室に届けてくれ、茹でて給食で食べる予定です。旬のグリーンピースの香りや甘みを味わってほしいと思います。

5月の献立から

★給食では、東京都の食材を使用した地産地消に取り組んでいます。5月は、江戸川区産の小松菜を使用します。今後も、東京都の農家さんが、学校給食のために生産してくださっている野菜を使用していく予定です。また、「日本たびめぐり」として日本各地の郷土料理や世界の料理を取り入れます。今月は、沖縄県と高知県の郷土料理、世界の料理では中国編を予定しています。