

## 食生活を見直そう！

いよいよ今年度も終わりに近づき、今の学年での生活も残りわずかとなりました。この一年間を振り返り、自分の食生活を見直してみましょう！



6年生のみなさんは、もうすぐ卒業ですね！杉四小の給食はいかがでしたか？杉四小で食べた給食が楽しい思い出の味として心に残っていると嬉しいです。これから、心も体もさらに成長していく時期です。中学校でも食べることを大切に、勉強にスポーツに、がんばってくださいね！なお、6年生は卒業をお祝いして、3月17日(月)にバイキング給食を実施する予定です。お楽しみに♪

## 1年生・食育の授業を行いました



2月10日(月)、3校時に1年1組、5校時に1年2組で、食育の授業を行いました。「見直そう！食事のマナー」という授業です。2学期の給食時間に食器の置き方の指導をしたので、より定着を図るために行いました。班ごとに、料理カードを使って、食器の置き方を考えました。正解した班もありましたが、主菜と副菜の位置の間違えるところが多かったです。次に、食事の食べ方やマナーについて考えました。良い例・悪い例の写真を見て、どこが良いのか、どこが悪いのか、良い例のように食べるとどのような気持ちになるかについて考えました。最後に、今までの自分を振り返り、これからどうしたいと思うか、ワークシートに書きました。「姿勢を良くしたい」「食器を正しく置きたい」「うしろを向いて食べない」等の感想がありました。食事のマナーを身につけることは、ご家庭で行う大切な食育の一つです。見直してみましょう！



「悪い例」の写真を見て、どこが悪いのか考えました。  
「本を読みながら食べている」「姿勢が良くない」など、たくさん気づきました。



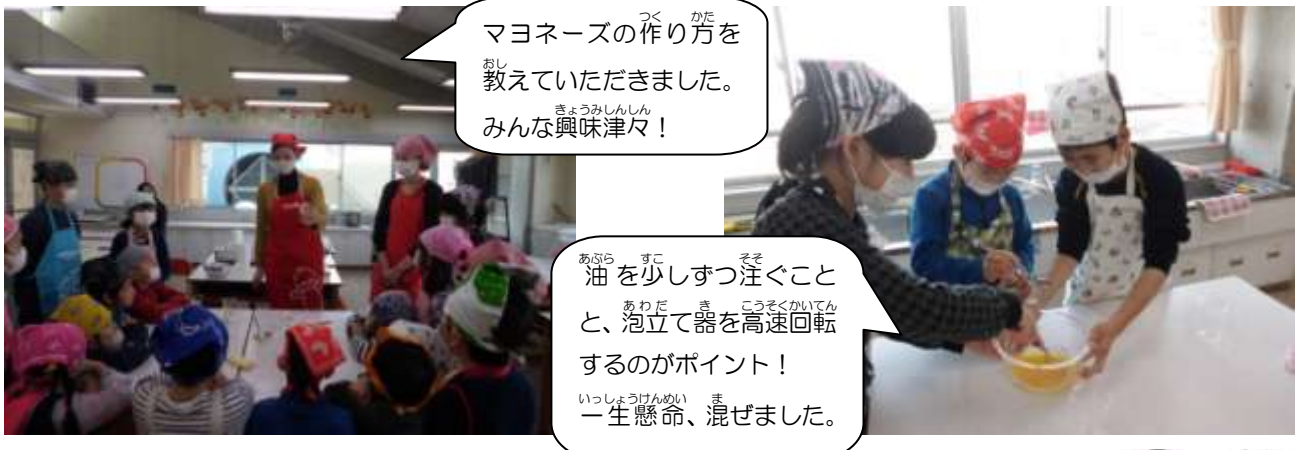
ごはんは左、汁物は右だよ～。おかずは??

# 3年生・「マヨネーズ教室」出前授業



2月20日(木)3・4校時3年1組、5・6校時3年2組で、キューピー(株)の方をゲストティーチャーにお招きして、「マヨネーズ教室」という出前授業を行いました。まずは、「野菜をたくさん食べよう！」というお話を聞きました。次に、マヨネーズのひみつについて学習し、「野菜探偵団」という映画を観ました。野菜ざらいの子どもたちが、野菜のひみつを探り、どうしたらおいしく食べられるようになるのかを考えると、子どもたちの心に残ったようです。

そして、この授業の目玉「マヨネーズ作り」を体験しました。お友達と協力しながら一生懸命混ぜて、おいしいマヨネーズを作りました。最後にきゅうりで味見をしました。他の班のマヨネーズも食べ比べしました。どの班もおいしいけれど、やっぱり自分が作ったものは格別な様子でした。授業後のアンケートには、「野菜探偵団の子どもたちが食べている野菜がおいしそうでした。野菜をたくさん食べようと思いました。」「おうちでもマヨネーズを作って、野菜につけて食べたいです。」などが書かれていました。ぜひ、ご家庭でも「野菜をたくさん食べる」ことを意識して、お子様への声かけをお願いします。



# 3年生・食べ物のすききらいのお話をしました



1月30日(木)6校時に3年1組2組合同で、「食べ物のすききらい」についてお話をしました。「きれいな食べ物にチャレンジ！」というテーマで、紙芝居を読みながら、どうしたらすききらいを克服できるのか、子どもたちと一緒に考えました。紙芝居の主人公「おちやたろうくん」がいろいろな工夫をしながら「がんばる」姿を見て、子どもたちも「がんばる」気持ちの大切さに気付いたようです。

すききらいを克服するには、「がんばってみよう」「少し食べてみよう」という姿勢が大切です。きれいだからと避けてばかりいると、いつまでたっても食べられないので、少しずつチャレンジしてみるといいですね。

