

寒暖の差が大きく、体温調整が難しいこの頃ですが、お子さまの体調はいかがですか。

この時期は、気温や湿度も高くなり疲れも出やすいときですので、ご家庭では十分な睡眠とバランスの良い食事を心がけましょう。

6月は食育月間



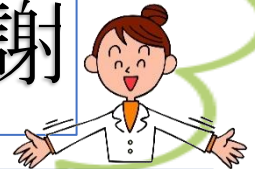
わくわく、1年生親子給食試食会

1年生保護者56名参加の給食試食会は、1年の教室で、親子一緒に給食を食べました。役員の方々のご協力もあり、楽しい雰囲気で大盛況に終えることができました。

大好評



感謝



学校と家庭の連携を深められた有意義な試食会

(給食の様子)

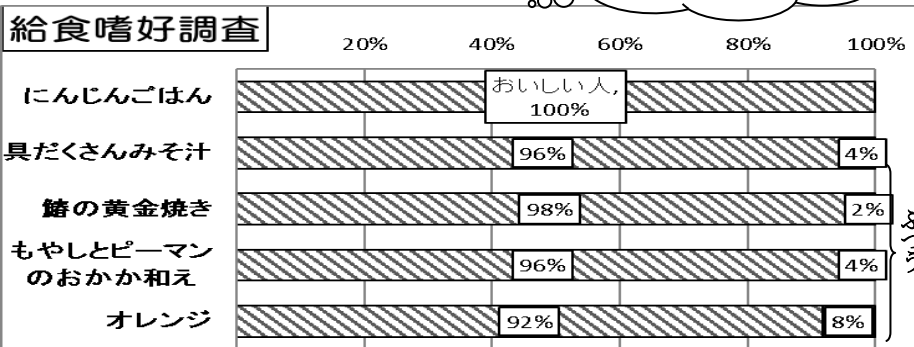
子どもたちは、お家の人と一緒に給食を食べることができ、とてもうれしそうでした。保護者の方も、家庭では見せないわが子の様子に、驚いたり、笑みを浮かべたり等、学校給食を「目で見、味をわけて、学んで」いただきました。お世話いただいた学年委員の方を初め、ご協力をいただきました皆様に、感謝致します。

(当日の給食献立)



にんじんごはん 牛乳
コロコロ具だくさん味噌汁
さわらの黄金焼き
もやしとピーマンのおかか和え
オレンジ

給食試食会アンケート結果から おいしい給食 100%



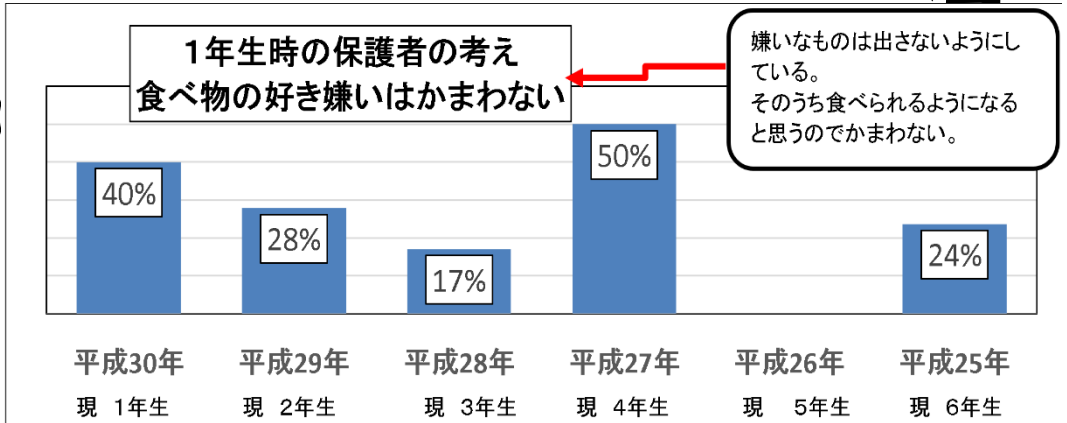
- *ごまの味でにんじん嫌いな子も食べた。
- *食べやすかった。
- *人参が苦手でも食べられました。
- *こんなに具が入っていて参考になりたい。
- *汁の煮干し栄養がとれてよい
- *味がおいしい
- *具だくさんで栄養いっぱいでした。
- *チーズと鯖があった。塩加減も良い。
- *グラタン風でコクがありおいしい。
- *とてもおいしい。マネします。
- *ピーマンが気にならなくておいしい。
- *ピーマンマネしたい。

感想

- *食に対する普段の会話が大切だと感じた。
- *地元の野菜大賛成。絵本のコロボなどアイデアもたくさんで食の意欲がわいてきそうです。
- *太陽の言葉参考になった。 *子どもとおいしくいただくことが大切だと改めて感じました。
- *おいしい給食で子どもと一緒に食べられて幸せな時間でした。
- *塩川小の給食にはとても力が入り、一生懸命作って下さる方々がいることでも感謝です。安心安全で作って下さっていることが分かった。家でもバランスよく食べさせられるよう頑張りたいと思います。

約60%の保護者の方は、子どもさんの好き嫌いを改善するために、様々な工夫をされています。中には、子どもの偏食にあきらめモードが下記データから見られます。(過去6年間の1年保護者の調査データから) 一緒にがんばりましょう。

あきらめないで、子どもの好き嫌いの改善



6月は、食育月間。日頃の食生活を見直してみませんか。

家庭での食育 ～家庭で育みたい5つの力～

食育とは、一言でいえば食に関する教育ですが知識を身につけるだけでなく、食卓での一家団らんを通じて 社会性を育んだり、食文化を理解したりすることも含む 幅広い教育です。

実際は無意識の内に「食育」をしていることもあるのです。まずは、

家族のコミュニケーションと共食

「食」を手段として、色々なコミュニケーションのスキルを磨き、幅広い知識を深めていくことが大切です。

家庭ではぐくみたい5つの力

～食育の中心は、家庭です～

- 1 食べ物を選ぶ力:**
体によいものかを判断して選ぶ力 (健康への意識を育てる)
- 2 料理をする力:**
自分の手で料理を作ることができる力
- 3 味がわかる力:**
食材本来の味をおいしいと評価できる力
- 4 食べ物の育ちを感じる力:**
食べ物の命をいただいているという感謝の気持ちをもつことができる力
- 5 元気な体がわかる力:**
自分の体がつねに健康でいられるようにコントロールする力



子どもが「苦手な食べ物もどんどん挑戦するよ」という姿になるための言葉かけは？

大人の言葉かけ 北風と太陽

ホカホカ

ふーん それより 宿題 したか？

女子きらいばかり していたら、お母さんも はずかしいわ

食べられるんやたら 家でも 食べ！

学校行くのいやがたら こまるし、きらいなもの 食べさせないで下さい。

どうせ 食べられない... きらいなもの 食べたくない。

雨立表 もらったよ

今日、ヒュマン 食べられるかな...

ヒュマン、かんぱい 食べられた！

担任の 先生へ

女子きらいが、あります けど、本人も がんばりますので よろしく お願いします。

それぞれ 今月は どんなメニュー が、あるかな。

お母さんも 子どもの時 心西にやったわ。 こそ 大丈夫 がんばって！

すごい！ がんばったね お母さんも うれしいわ

苦手な食べものも どんどん 挑戦 するよ！