



給食だより

H 2 5 . 5 . 7

白岩小学校



5月の給食目標

給食の食べ方を知ろう

☆食前・食後のあいさつをする。

「いただきます」「ごちそうさま」
を忘れずに!



「いただきます」は単に食事の号令や合図ではなく、ほかの生き物の「命を分けていただきます」、たくさんの人の「労力がかけられたものをいただきます」というように、感謝の気持ちを込めたものです。

☆正しい姿勢で食べる。

背筋をまっすぐに伸ばして食べること胃（お腹）が圧迫されず、食べ物の消化が良くなります。

よい姿勢で食べましょう



☆三角食べの食べ方で食べる。



三角食べ：ご飯→おかず→汁物→ご飯というように、いろいろなものを少しずつ交互に食べていく食べ方です。1つの料理だけで満腹にならないので**バランスよく食べる**ことができます。

また、**味覚の発達**にもよいといわれています。

給食の放射性物質検査について

毎日、委託業者（エクセルツリー株式会社）が、学校で検査をしております。

- ・食材の検査
- ・給食まるごと1食の検査



①食材検査用の食材（428g）をミキサーにかけ、容器に入れる。



②検査器に食材を設置します。



- ③必要項目を入力し、検査を行います。
1つの食材検査に約30分かかります。
給食のある日は、給食まるごと1食の検査と、食材検査（検査日の時）を行っています。
郡山市の基準は10ベクレル/kg未満となっております。



放射性物質を測定する機器

このように検査をしておりますので、子どもたちは、安心・安全な給食を食べています。

----- 子どもたちの様子から -----
新学期が始まって、早いもので1ヶ月が過ぎました。子どもたちは、ほとんど残さずに給食を食べています。

先日、給食終了後、ある男の子に、「給食残さず食べたんだってね」と声をかけたところ、「2日間続けて給食を残さず食べられた」とすごくうれしそうに話してくれました。また、キャベツが苦手な女の子は、「がんばって少しは食べたんだけど、残してしまった」と教えてくれました。私は、そんな子どもたちの声を聞いて、がんばって食べているんだなとうれしくなりました。子どもたちは、給食の時間もそれぞれに頑張っているんです。苦手な物でも少しは食べてみるという気持ちが大切ではないかと思っています。

ご家庭でも、子どもたちを励ましなが、家族で楽しい食事の時間を過ごしていただければと思います。