

これからの季節、気温や湿度が上がり食中毒の発生がとても心配です。食中毒をふせぐためには、菌を「つけない、増やさない、やっつける」ことが大切です。食事の前や外から帰った時には、手洗い、うがいは必ずしましょう。また、6月は、「歯の健康習慣」や「食育月刊」「衛生管理」など注目してほしいことがたくさんあります。「食育」については、難しく考えず、家族で身近なことから取り組んでほしいと思います。

**6月4日～6月10日 歯の健康習慣です。(本校は、12日まででした。)**

最近の食事は柔らかい食べ物が増えて、しっかり噛んで食べるという食事が減ってきています。給食では「しっかり噛む」「大きな口を開けて食べて、あごを鍛える」「柔らかい食べ物としっかり噛んで食べる食べ物を組み合わせる」など噛むことが習慣化できるように献立作りをしました。

- ① 歯やあごを強くします。
- ② 歯並びをよくします。
- ③ だ液(つば)をたくさんだします。
- ④ たべすぎをふせぎます。
- ⑤ 消化、吸収を助けます。
- ⑥ 脳のはたらきをよくします。



(大きな口を開けるれんしゅう)

するめいかりかきあげは、「先生、大きすぎて食べにくい」と言われてしまいました。

**中学部の食育授業 (給食のマナーについて)**

**“まちがいさがし”をしよう**



- 食事中のプリントを使って、食事のマナーでおかしいところに×印をつけてもらいました。しょっきはたたくならべる



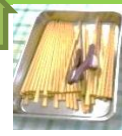
- 給食の食器の正しい置き方を練習しました。

- 正しいお箸の持ち方の練習の後、豆運びにも挑戦してもらいました。

- 給食を食べているDVDを見ながら、マナーのおかしい所を話しあいました。

**授業のまとめです**

- よい姿勢で食べる
- 食事のあいさつをする
- お盆の上に正しく食器を並べる
- おはしやお茶碗を正しく持ってたべる
- 口に食べ物をいれたまましゃべらない
- ひじをつかない
- お皿の中はきれいにたべてしまう
- 食器はずかにかたづけ
- 食器をかたづけるときは、順番を守って
- おさないようにする
- 食べ終わった後の椅子は、テーブルのなかにいれる

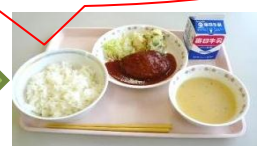


この授業のあと、箸箱はきれいになりました。

**給食だけでなく、家庭での食事や外食した時でも食事のルールを守って、楽しく会食してほしいと思います。**

**6月14日の給食は、小学部だけでした。**

小学部高学年が考えてくれた給食です。①ごはん&パン ②汁物は、コーンスープ & 具たくさん味噌汁 ③大きいお皿には、ハンバーグ&からあげ&とんかつ、④付け合せは、野菜サラダ&ポテトサラダ&おひたしの中から選んでくれました。結果は、右の写真のようになりました。



結果——ごはん、ハンバーグ、ポテトサラダ、コーンスープ、牛乳

おいしい!! 小学部では、およろこびでした

(保護者の方へ) 今月も学校での調理実習について、お伝えしたいと思います。木曜日の調理実習に備えて、事前に作り方等を家庭で相談してきてくれるお子さんやお母さんのお手伝いをよくしているお子さんなどは、率先して調理を進めてくれます。とてもたのしい限りです。ただ、学校での調理は、7～10人ぐらゐの量を作ることが多いのですが、野菜の洗い方や調理の仕方などは、ご家庭とは、少しちがうことがあります。たとえば、「きのこ類は、ひき粉が巻き込んでいるので必ず洗浄をする」「ほうれんそうは、5cmぐらゐの長さに切ってからゆでる」「野菜はよく洗ってから皮むきをする」など衛生管理を考えて指導することが多々あります。ご家庭の方法を否定しているのではなく、クラスや学部、グループで食べるなど、「みんなに食べてもらうから」「学校の調理は、衛生管理が大切」であることを十分に伝えながら指導を行っているつもりです。子どもさんたちと学校での調理を話し合うときのために、少し気にとめておいてください。