



# 食育便い

令和6年5月17日 村上特別支援学校



新緑がまぶしい季節になりました。感染症も落ち着き、会食の機会も増えてきました。みんなで気持ちよく過ごすためにも、食事のマナーを見直しましょう。

## 5月の給食目標

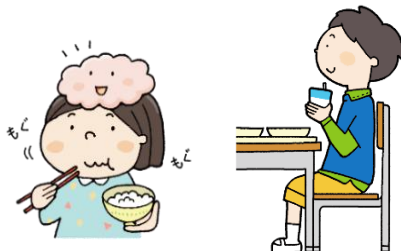
## 食事のマナーを身に付けよう!

### ① 食事のあいさつ



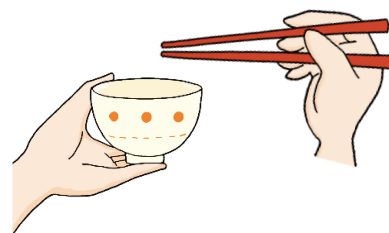
- 食べ物や給食を準備してくれる人に感謝の気持ちをこめてあいさつをしよう。

### ② 食べ方や姿勢



- よくかんで楽しく食べよう。
- いすに深くこしかけ、背筋をのばし、足はゆかにつけよう。

### ③ 食器の使い方



- はしや茶碗は正しく持とう。
- 食器は正しい位置に置こう。

## 背筋をピンと伸ばして食べよう

姿勢を正して食べていますか? よい姿勢にするためのポイントをご紹介します。

### よい姿勢をつくるためのポイント



### こんな姿勢はやめましょう



背もたれに寄りかかっている

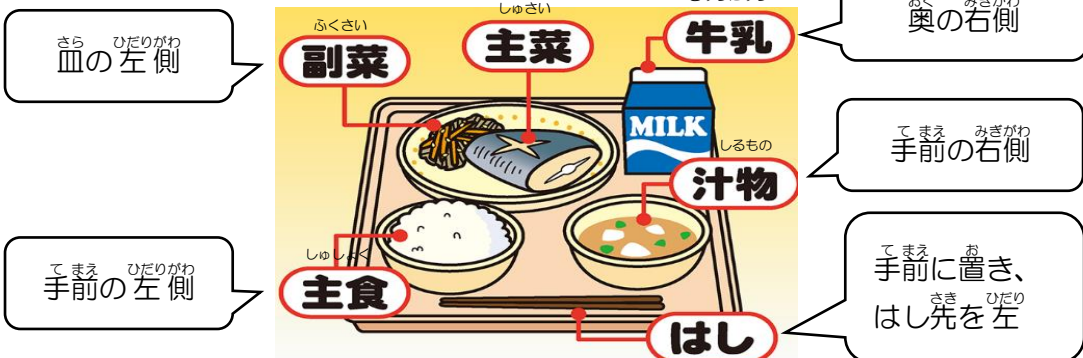


ひじをついている



横向きに座っている

### 食器の並べ方



皿の左側

皿の右側

奥の右側

手前の右側

手前の左側

手前に置き、はし先を左

# 給食ライフライン

今年度も毎月、各学部の希望献立を実施します。5月は、中学部1年生の希望献立を実施しました。みんな、おいしそうに食べていました！

## 当日の給食



5/15(水)  
ごはん、ハンバーグ、  
ごま和え、キムチ豚汁、  
ミルクココア、牛乳

## 中1給食の様子



いただきます！



希望献立の日は、お昼の放送で頑張っていること、夢中になっていることなど、学級の紹介を行っています。

## 調理場の様子



ハンバーグの形に丸めています。



おいしく食べてくれると  
うれしいな♪



オーブンで焼きます。

## 給食のひみつ

5月の保健指導の時間に、「給食のひみつ」という内容で、物資が届くところから、後片付けまでの様子をお話ししました。調理員さんや給食業者さんの紹介、野菜や食器を洗っているところを写真で見せたり、給食を作っている様子を動画で流したりしました。最後に、5月の給食目標に沿って、気を付けたい食事マナーの話もして、1人1人頑張りたいことも考えました。

