5月給食だより

宇部市立川上小学校
宇部市立川上中学校

家庭とつながる学校給食

心身の健やかな成長を願い、学校教育の一環として行われる学校給食は、学校での食育においても大きな役割があり、様々な場面で活用されています。よい食べ方や食べる力が身につくように、ぜひご家庭でも、学校給食を活用しながら食育をすすめましょう。

その日の給食の話をしよう

献立表をご家庭の見やすい場所に貼って、ぜひ毎日話題にしてしましょう。
マイはしマイスプーンの確認も忘れずに。

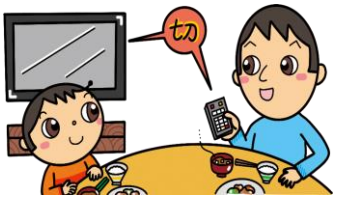
献立や食べた感想を聞きましょう。給食の話をきっかけに、自然に学校の様子を知ることもできます。特に苦手な料理の日には、ほめたり、はげましたり、プラスの声かけもお願いします。

ご家庭での食卓では・・・

食べ物にはもともと命があり、多くの人の手で食卓に届きます。料理も食べる人のことを思って作られます。感謝して食べる大切さを折に触れて話してあげましょう。

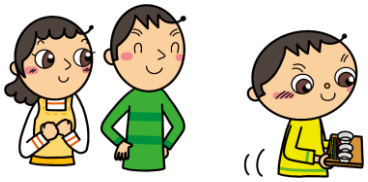
子どもが苦手なものを食卓に全く出さないのはよくありません。ひと口は挑戦したり、大人がおいしそうに食べている姿を見せることも食育ではとても大切なことです。

食事に集中できる時間を



給食では決まった時間で食べ終えるように指導しています。ご家庭でも、遊びながら、テレビを見ながらといった「ながら食べ」をなるべく避け、食べることに集中できる雰囲気づくりを心がけましょう。

お手伝いは積極的に



給食では全員が当番となり、準備や片づけをします。子どもは食べ物や食事、それに関わる作業に興味津々です。学校で身についた力を定着させていくためにも、ご家庭でもぜひお手伝いを積極的にさせてあげましょう。