

給食だより

令和8年度 5月号
氷見市学校給食センター

◇毎月19日は、「食育の日」です。家族そろって、いただきますをしましょう。

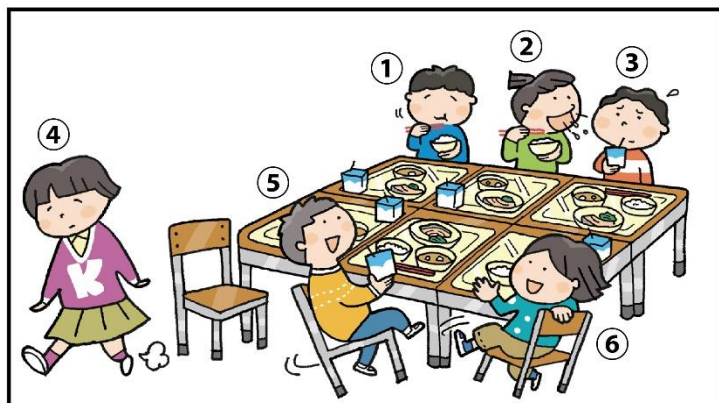
木々の緑がまぶしい5月、新しい学年が始まり1か月が経とうとしています。新しい学年、学校生活に少しずつ慣れている最中ですね。新しい友だちと新しい味に出会いながら、じっくり味わう給食時間にしていきます。

～食事マナーを守って食べよう～

みなさんはなぜ食事のマナーがあるのかわかりますか？マナーとは、相手への思いやりの気持ちです。一緒に食べる人にいやな思いをさせないために、毎日の食事で心がけてみましょう。

マナー違反はだーれだ

右の絵の中にマナー違反をしている人が4人います。だれがどんなマナー違反をしているのかを考えてみましょう。



正解は ②、④、⑤、⑥

②は口の中に食べ物が入ったまま話をしてしています。④は食事中に立ち歩いています。⑤⑥はいすの座り方が良くありません。

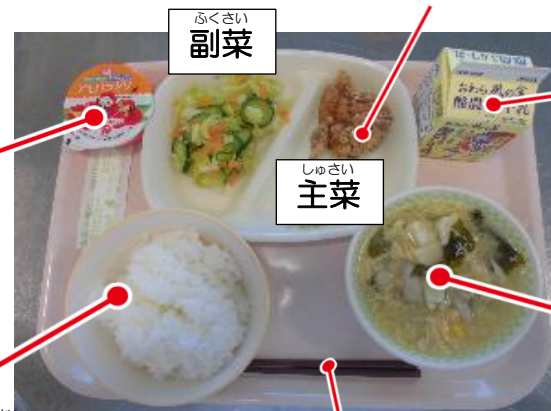
よい姿勢をつくるためのポイント



～食器の配ぜんを確認しよう～

おかずは奥側。基本的に主菜は食器を持たず箸をのばして食べます。右手に箸を持っている場合、右の方が手をのばしやすいため、主菜は右側。

デザートは飲み物の反対側に置いたため左側奥。



飲み物は箸を置いて利き手で取るため、右側奥。

汁物は二番目に手に取る回数が多く、また一番こぼしやすい汁物は右側手前。

箸を右手で持つ人が多いため、一番持ち上げる回数が多いご飯茶碗はすぐ左手でとれるように左側手前。

箸の向きに注意！箸先が利き手と反対側。

正しく食器を置くことで自然と利き手を考慮した一番食べやすい形になっています。また、一番手に取りやすいご飯や汁物などは唾液の分泌を促すため食欲増進につながります。つまり、正しく食器を置くことで健康にも配慮した食べ方になります。

今月の「味めぐり」

5月「岡山県」



岡山県は中国地方に位置し、温暖で晴れの日が多いことから「晴れの国おかやま」と言われています。また、桃太郎ゆかりの地としても有名です。

給食では、とんかつにデミグラスソースをかけたご当地グルメの「デミカツ」や、「ばち汁」、生産量日本一のももがたっぷり入った「ももゼリー」が登場します。

