

ペロリンピックを行いました



1月の学校給食週間に合わせて、校内で「ペロリンピック」を開催しました。これは、一人ひとりが給食に関する目標を立てて給食を食べるイベントです。

全校のみなさんの目標を見てみると、「絶対に完食する!」や「おかわりをたくさんする!」など、気合いの伝わるものがたくさんあり、うれしく思いました。その他にも自分と向き合って目標を立て、実行している人がいたので、いくつか紹介します。

Handwritten student goals for the Perorinピック:

- もくひょう お皿に残っている給食をなくして、きれいなしょう体で返したい。
- もくひょう 給食を食べる時のせいをよくする!
- もくひょう 時間を見て食べるようにしたいです。
- もくひょう よくかんで食べる。
- もくひょう になごな物も、半分は食べる。



今年度のペロリンピックは終わってしまいましたが、これからも自分の立てた目標を意識していけるとすばらしいですね!

給食は、食に関するさまざまなことを勉強し、身に付ける時間でもあります。給食を食べるときにみなさんに心がけてほしいことは、「マナーを守って食べること」「友達や先生との食事を楽しむこと」「地場産物や郷土料理を味わうこと」など、実はたくさんあるのです。毎日必ずある給食の時間を、これからも大切に、楽しく過ごしてくださいね。

こんげつ きゅうしょくもくひょう
今月の給食目標

まも た
マナーを守って食べよう



まわひときもしよくじしよくじまもたいせつ
 周りの人と気持ちよく食事をするためには、食事のマナーを守ることが大切です。
 まいにちきゅうしょくとお
 毎日の給食を通して、マナーを身につけていきましょう。まずは、下にあるような
 きほんてきいしき
 基本的なマナーから意識できるとよいですね。

正しい姿勢



背筋を伸ばす
 いすに深く腰掛ける
 床に足をつく
 机とおなかの間をこぶし1個分くらいあける

正しい姿勢で食べられているか
 チェックしてみましょう！

やりがちなマナー違反

食器を持たずに顔を近づけて食べる
 ひじをつく
 あしを組む

はしの持ち方



- はし先を閉じたり開いたりし、食べ物をはさむ。
- 上のはしだけを動かす。

食事中に気をつけたいこと

食べ物を口に入れたまましゃべるのはやめましょう。



周りの人が嫌な気持ちになるような話はやめましょう。



かむときは口を閉じて、クチャクチャと音を立てないようにしましょう。



食べている途中に立ち歩くのはやめましょう。

