食育つうしん7月号

令和元年７月１日
茨木市立山手台小学校

7月に入り、いよいよ本格的な夏が始まります。夏を楽しく元気にすごすためには、規則正しい生活と栄養バランスのよい食事を続けることが大切です。また、熱中症になりやすい季節ですので、こまめな水分補給を心がけるようにしましょう。

1年生食育授業



6月14日（金）に1年生の教室で食に関するお話をしました。今回は給食ができるまでの様子や給食場で調理員さんが実際に使用している道具を紹介しました。学校に届くたくさんの食材や家庭にあるものよりも大きな道具に驚いている児童がたくさんいました。

お弁当の準備ありがとうございました。



6月27日28日の2日間にわたり、お弁当の準備ありがとうございました。教室でお友達と一緒においしそうにお弁当を食べていました。いつもの給食時間のようにとても楽しそうでした。



七夕



七夕のはじまりは7月7日の夜に天の川を渡って年に一度だけ会うことを許された「ひこぼし」と「おりひめ」の中国のお話です。この日は願い事を書いた短冊などを笹竹に飾ったり、七夕の行事食であるそうめんを食べたりします。

給食では、7月5日（金）に星形の型抜きかまぼこや切り口が星形に見えるオクラの入った「星のすまし汁」が登場します。

食事前の手洗いを忘れずに



手洗いは、手の汚れを落とすだけでなく、食中毒などを予防するためにもとても大切なことです。食事の前には石けんできれいに洗うようにしましょう。

熱中症にならないためにこまめに水分補給をしよう



<7月給食について>

2日　平和を考える献立
5日　七夕献立
交流給食（3年生）
18日　1学期給食最終日