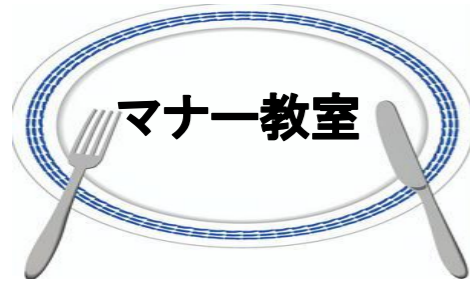


きゅうしょくだより



令和6年 桑折町学校給食センター（1月発行）



マナー教室

桑折町では、洋食のマナーの基本を身につけること、マナーを守って楽しく会食する態度を育てることを目的として6年生を対象にマナー教室を行っています。

12月11日実施 睦合小学校



～ 子ども達からの感想 ～

- ❖ ナプキンやナイフの置き方にも意味があってびっくりした。和食と洋食でマナーが違うのが分かった。皿の向きや食べる速さに気を付けたり、相手のことを考えたマナーもあるのが分かった。今後、今日学んだことを活かして食べられるといいと思う。
- ❖ ナプキンをきれいにたたむと「この店の料理はおいしくなかった」という意味になること、左から座る理由は、昔は剣をさしたまま食べていたからということ、スープを手前から奥にすくうのはイギリス、手前にすくうのはフランスのやり方だと初めて分かった。職場の上司や好きな人と食べに行く時に、早く食べてしまわずに周りに合わせて食べることに気が付きたい。

11月に実施した「朝食について見直そう週間運動」の結果が出ましたので、お知らせします。朝食摂取率は98%以上ですが、朝食に野菜を食べた人、汁物を食べた人の割合が少ない状況です。ごはんだけパンだけの朝食では栄養バランスが偏ってしまいます。野菜が不足するとビタミン不足で抵抗力が低下してしまいます。また、たんぱく質やカルシウムの不足で成長に影響がでたり、鉄などのミネラル不足でやる気が出なったりしてしまいます。朝は忙しいので、おすすめは、汁物に卵や豆腐、野菜、キノコ類を入れた具たくさん汁物を摂取することです。

<子どもたちの朝食摂取状況について>

	幼稚園	小学校	中学校
朝食摂取率	99.5%	99.3%	100%
朝食に野菜を食べた人の割合	55.8%	50.9%	38.7%
朝食に汁物を食べた人の割合	54.8%	50.0%	37.8%
1人で食事をする人の割合	0.5%	1.3%	4.1%

(令和5年度 朝食について見直そう週間運動 11月結果より)

朝食は準備されているにも関わらず、食べる時間がない、食欲がない理由で食べていないお子さんが見受けられます。しっかり朝ごはんを食べるために、毎日の生活習慣を見直しましょう！

