



給食週間(食育の学習)



本校では1月22日～29日までが給食週間です。今年のテーマは「給食を食べられることに感謝しよう」です。

毎年、給食週間に食育の学習をします。3年生には1月22日(金)に栄養職員の藤田の食育の授業がありました。学習の内容は「噛むことの大切さについて」でした。よく噛んで食べることの大切さや、なぜよく噛まなければいけないのか、食べる時の注意点などたくさんのことを教えていただきました。事前に噛む回数を数えていたカレーのときとごぼうサラダのときを比べ、カレーの噛む回数がかなり少なかったことに気がきました。振り返りでは、「やわらかいものでもしっかり噛もう」や「一口に入れる量を少なくする」、「自分の体のためにもしっかり噛もう」など日頃の自分を振り返り、これからは噛むことを意識していこうという気持ちを持ちました。

