

食育だより

令和8年 5月 第2号
茨城県立友部特別支援学校

5月の目標「食事のあいさつをしよう」

日本の食事のあいさつには、感謝の気持ちが込められています。「いただきます」には、食べ物となる動植物の命をいただきますという意味があります。「ごちそうさま」には、食事をつくるためにかかわった多くの人への感謝の気持ちが込められています。これは世界的にもめずらしい文化です。



食材は自然からの恩恵で成り立っている



米や魚、肉、野菜や果物などの食材は自然からの恵みです。わたしたちの生活は、昔から自然の恩恵に支えられて成り立っています。自然の恵みに感謝して、食材を無駄にしないことが大切です。



5月5日 こどもの日



5月5日のこどもの日は、「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する」ための国民の祝日です。端午の節句の日でもあります。家族でちまきやかしわもちを食べてお祝いしましょう。

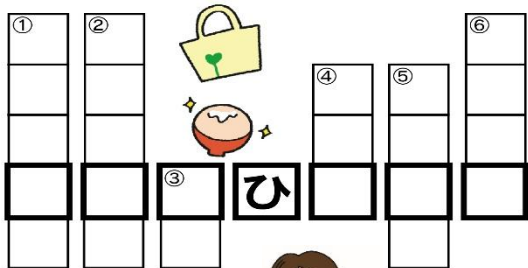
田植えの季節です

5月は「さつき」と呼ばれます。これは田植えが始まる時期なので「さなえづき早苗月」「さなえづき小苗月」が略されたという説があります。米づくりは大変な作業です。毎日感謝して食べましょう。



食育パズル

ヒントを見て縦に言葉を入れましょう。
太枠の中に言葉があらわれます。



- ① 学校で授業をする部屋。
- ② レストランなどの店で食事をする。
- ③ いがいがに包まれている木の果。
- ④ 皿などをふく布。
- ⑤ 中心に穴が開いたパスタの一種。
- ⑥ 果物や野菜をしぼった飲み物。



【給食室からこんにちは！】



新1年生を迎えて、それぞれの学年も進級して1カ月が過ぎました。小学部2年生は1年生の牛乳運びを手伝うことができ、頼もしい姿がみられました。他にも、「はしの持ち方ができるようになった。」「嫌いな食べ物が一口食べられた。」「給食時間内に完食できるようになった。」など先生方からもうれしい声が聞こえ、著しい成長を感じました。今後も給食を通して、心身の育成につながるように、調理員6名、栄養教諭と力を合わせて努めて参ります。