



～ 食器を持って食べよう! ～



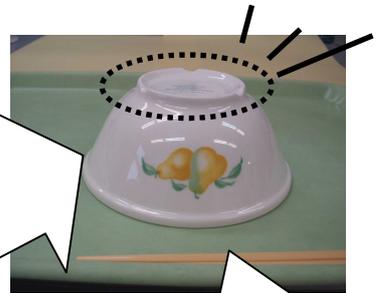
プール授業も始まり、今まで以上に体を動かしている子どもたちです。暑さに負けないよう、食事からも健康管理をしていきたいですね。

さて、もりもり食べている子どもたちの様子を見てみると、食器をテーブルに置いたまま食べている子が多いことに気が付きました。

食器(碗)の持ち方

「碗」は持って食べる食器です!

碗⇒「わん」と読みます。「ちゃわん」や「しるわん」のこと



裏に返すと...

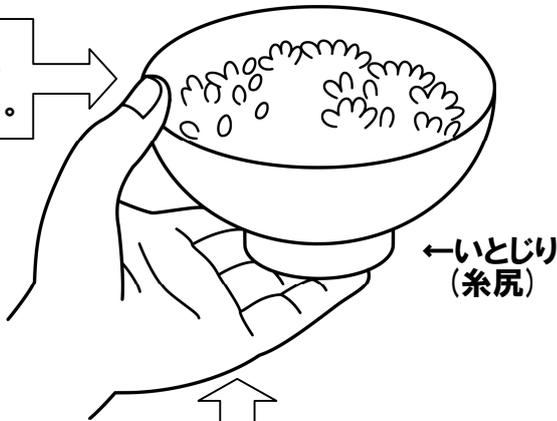


「でっぱり」があります!

でっぱり = いとじり (糸尻) と言います。

「いとそこ (糸底)」とも言います。

親指をふちに添える。



←いとじり (糸尻)

「食器を持つ」と「よい姿勢」になります!



残りの4本の指はそろえて、「いとじり」をささえる。

そろえると美しいです。

レストランでも声かけをしていきます! ご家庭でも様子を見ていただきたいと思います。

スリム化大成功!

AFTER



まだ余裕があるね!

本格的な夏を目の前にして、レストランの牛乳パックごみがスリムになりました!

BEFORE の写真が無く、残念です。以前は「可燃ごみ 大」の袋2つでは入りきらず、はみ出していることもありました。しかし、最近では2袋のうちの1つが3分の2ほどしか埋まっていません。全校でごみ出しへの意識が高まっています。



スカスカ!

給食の食材の残り（野菜の皮や食べ残し）は堆肥にリサイクルしています。また、食品が包装されている容器や牛乳パックなどは「可燃ごみ」として処分します。

レストランのごみは児童ひとりひとりの牛乳パックが主ですから、減らすことができません。しかし、かさ（体積）を小さくすることは、ゴミ袋の使用減に繋がります。そして、後始末をする調理員への感謝の気持ちの表れにもなると考えています。

「ぎゅっ」と3コマ劇場



牛乳パックをたたみます。



開いたパックに
たたんだパックを詰めます。



1クラス分が
小さくまとまりました!

食育だより2号で紹介した「ぎゅっ」のやり方を紹介します。

写真は全校で一番クラス人数の多い4年生です。一人ひとりが小さくたたんだ後、クラスの協力でコンパクトにまとめます。

給食時間が終わり、子どもたちが去ったレストランに「整然としたごみ」が残っていると、とても気持ちがよく、給食作りの励みになります。