

きょう きゅうしょくひとくち 11/2(月)今日の給食一口メモ

きょう 今日のひとくちメモは、「感謝」についてです。

11月の給食目標は「感謝しながら食べよう」です。毎日の食事には、たくさんの人の手がかけられています。米や野菜などを作り、豚や牛などを育て、また海にでて漁をする人、食品を作る工場で働く人、配送などをする人、調理をする人などの働きがあつて、できあがります。また動物や植物の命をいただいて、自分の命をつないでいることも、忘れてはいけません。そんな食べ物をむだにすることは、その命を、またいろいろな人の働きを、

無駄にすることになります。食事は、感謝の気持ちをもつて食べましょう。

今週は「よい姿勢がんばり週間」です。

感謝の気持ちを表す意味でも、食事のマナーに気を付けて食べましょう。



きょうのもりつけ

きょう きゅうしょくひとくち 11/4(水)今日の給食一口メモ

きょう 今日のひとくちメモは、「よい姿勢がんばり週間」についてです。

今週は「よい姿勢がんばり週間」です。みなさん、給食中もよい姿勢に気を付けて食べていますか。悪い姿勢で食べることは、見た目が悪くだけでなく、健康にも影響してしまいます。

①胃が押されて、胃の働きが悪くなり、消化が十分にできない。

②肩や腰に負担がかかるので、肩こりや腰の痛みの原因なる。

今まで背中を丸めていたり、ひじをついて食べていた人も、今日からよい姿勢を意識して食べましょう。



きょうのもりつけ