



給食だより 7月号

令和7年7月1日
大田区立多摩川小学校
校長 福地伸

もうすぐ夏休みが始まります。つい夜更かししてしまいがちですが、夏を楽しく元気に過ごすためには、規則正しい生活と3食しっかりと食べることが大切です。また、こまめな水分補給も心がけましょう。

【7月の給食目標】

食事マナーを守って食べよう

食事マナーはかた苦しいものではなく、家族や友達とみんなで一緒に楽しく食べることができるように、一人一人が気を付けてほしいことです。ご家庭でも実践してみてください。

【食事のあいさつ】



「いただきます」や「ごちそうさま」は感謝の気持ちを表しています。

【姿勢】



いすに深く腰かけ、背筋を伸ばして足を床につけて食べます。

【スマートフォン等を見ない】



画面に夢中だと会話や味わいを楽しめません。食事中には見ないようにします。

行事食～七夕～



7月7日は七夕です。七夕の日に食べるそうめんは、奈良時代に中国から伝わってきた「索餅（さくべい）」（小麦粉と塩と水でつくったもの）が起源といわれています。給食ではそうめんが入った七夕汁を出します。そうめんを天の川に見立てています。



おおたの未来づくり～6年生～

「食物繊維」について学びます

教科「おおたの未来づくり」の授業の一環で、6年生と東邦大学が連携して「食物繊維をふやすことの大切さ」について学習します。食事と生活習慣、食事と地球環境は密接に関わっていること、より健康的な生活を送るために、「減塩」に引き続き「食物繊維」も大切であることをお話いただきました。今後、授業や給食を通して、食物繊維への興味関心を高めてほしいと思います。6年生がどんなメニューを考えるのか楽しみです。