

泊小学校のスタ場!!!!

「スタ場」とは、「スタートの場」「スタディの場」「スターの場」を表しています。

2024, 4, 15(火)

第3号

那覇市立
泊小学校
校内新聞



安全でおいしく 楽しい給食のために



泊っ子のみなさん、給食をおいしくいただいていますか。

今日は、安全で、おいしく、楽しい給食の食べ方を確認したいと思います。



安全な食べ方のポイント、今日は3つ挙げます。

まず、**食べ物それぞれの特徴や安全な食べ方を考えて食べる**こと
大きなものは食べやすい大きさにして、固い食品は、よくかんで食べることです。口の中がかわいていると、かんだ食べ物がくっつきやすいので、牛乳や汁物で口を湿らせながら、ご飯やおかずを交互に食べることもよいです。

次に、**姿勢をよくして食べることに集中すること**
背すじが曲がっていると、のどがつまったり、胃が押されたりして、食べ物が飲み込みにくくなるからです。

最後に、**マナーにも気をつけること**
口に食べ物を入れたままおしゃべりしたり、歩いたりすると、のどがせまくなって食べ物がつまりやすくなるからです。



給食を、よくかんで食べることで、食材本来の味を感じることができます。
また、あごを開けたり閉じたりするため顔などの骨や筋肉が動くので、血流がよくなり、脳に酸素と栄養が送られて脳細胞の働きが活発になります。このことは、反射神経や記憶力、集中力、判断力などがよくなることにつながります。

これからも、一人一人が安全に気をつけて、自分の健康や成長のため、おいしく、楽しい給食の時間にしてください。





1年生 できることを どんどん ふやしています!



1年生の入学式から1週間がたとうとしています。ほんの少しの間にできることがどんどんふえてきました。今日の給食でも、準備は6年生の力を借りずに、自分たちだけでやりぬくことができました。

こども園や幼稚園、保育所などでつけてきた力をもとに、もっといろんなことのできる1年生になろうね。自分の頭で考えて「みんなにも じぶんにも いいこと」ができるようになってね。先生方と2年生から6年生のお兄さん、お姉さんはそんな1年生をおうえんしています。



にじ広場で、みんなと
なかよくあそべます。
順番もまもれるね、



2年生があたたかく見守
ってくれています。

カレーライスのおかわり
をする子もいました。



一人一人がしっかりと
先生のお話を聞いて給食を
とることができました。



今日の給食は
牛乳 きびごはん
チキンカレー
ブロッコリーサラダ
豆乳パナコッタ
でした



朝は、6年生が「ラジ
オ空手」を教えに来てく
れます。
毎日、ちょっとずつ上
手になっていますよ。

