「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) 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。

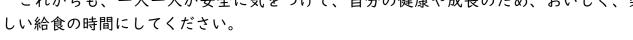
最後に、マナーにも気をつけること

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







|年生 できることを どんどん ふやしています!



Ⅰ年生の入学式からⅠ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 |年生になろうね。自分の頭で考えて「みんなにも じぶんんにも 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 | 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、

osa di daye

2年生があたたかく見守 ってくれています。

一人一人がしっかりと

先生のお話を聞いて給食を

カレーライスのおかわり をする子もいました。

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 豆乳パンナコッタ 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。

