



深谷市立深谷小学校
令和4年6月30日

6月6日から6月10日まで給食委員会による 完食キャンペーンを実施しました

いよいよ日本の夏到来です。梅雨明けの蒸し暑さで何となく体がだるく、食欲も衰えて来る時期です。学校では水泳指導が始まると、水に入った後の子供たちの食欲は少し減退するようです。

この時期、献立を作成する栄養士はビタミンやミネラルたっぷりの旬を迎える夏野菜・果物を使ったり、食欲をそそる香辛料を用いたり子供たちのために工夫をします。そして、その給食を調理員さんが、暑さの中、衛生面に配慮しながら、腕によりをかけて作ります。子供たちの「いただきます!」や「ごちそうさま!」の元気な声が私たちにとっては何よりのご褒美です。



毎年恒例となっている完食キャンペーンを、今年も給食委員が行いました。完食キャンペーンは、自分で調整した量を各自しっかり完食し、クラス全体の残食をなくす取組です。日本の食品ロスは年間570万トンにもおよび、とても大きな問題となっています。食品ロスを減らすために、食べものを無駄なく、大切に消費していく必要があります。深谷小学校でも一人一人がごみを出さないことを意識し、調理員さんへの感謝の気持ちを表すことはもちろん、食べものを大切に考え、食品ロスについても意識していける深小っ子になってほしいと考えてこの取組を行っています。

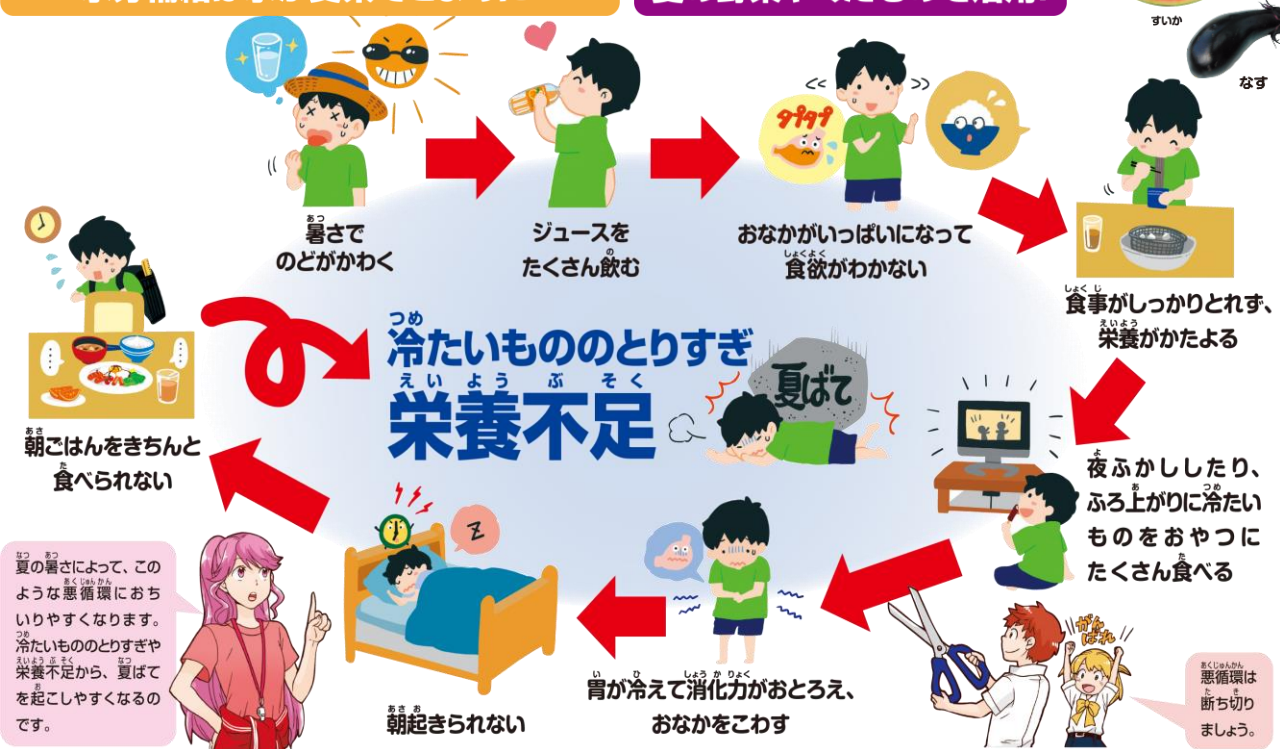
食生活に気をつけて

夏ばてを防ごう!

「夏ばて」とは夏の暑さで体調を崩してしまうことをいい、その症状はさまざまです。食生活を気をつけることで夏ばてを防ぎ、夏を楽しく元気に過ごしましょう!

水分補給は水か麦茶でこまめに!

夏の野菜やくだものを活用!



お碗の米粒を残さず食べることも意識することができ、どのクラスもピカピカでした!

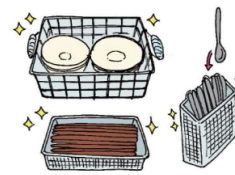


後片付けは感謝の心をうつす鏡

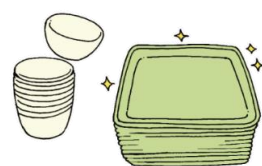
～ピカピカ返し、ピカピカリレー～

日本の学校給食は、世界でも類を見ないほど指導内容が充実しています。成長期の栄養摂取はもちろんですが、献立を通し食文化を伝えたり、当番活動を通して互いに協力することを学んだり、食事の大切さを知ったり、衛生について学んだりします。中でも一番難しいのは食べものを大事にし、食事にかかわる人たちへの感謝の気持ちを育むことではないでしょうか。完食キャンペーンも、感謝の気持ちを育む取組の一つです。人との関係がややもするとすくなくがちな現代の子供たち。食器の返却でも思いやりや感謝の気持ちを表し、伝えられることをぜひ知ってほしいと思います。

「ピカピカ返し」を心がけよう!



食器はきちんと重ね、向きをそろえて返そう!



トレイなどにストロー袋など、ごみがついていないか確認しよう!

感謝の心をボタンタッチ～ピカピカリレー～

「ピカピカ返し」ができたなら、次は「ピカピカリレー」にも挑戦してみよう。みんなの心もきっとピカピカになりますよ。



「ピカピカ返し」ができたなら、「ピカピカだね!」と声をかけ合おう。



「ピカピカに食べました!」と言って、食器を調理員さんに見てもらおう。