

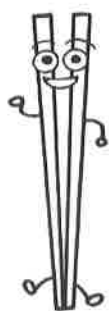
# すこやか 5月号



矢巾町学校給食共同調理場

新学期が始まって、1か月がたちました。新しい学年やクラスでの生活にもなじんでくる頃ですね。5月は緊張がやわらぐと同時に、季節の変わり目が重なって疲れが出やすくなります。連休中も早寝、早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べて体調を整えるようにしましょう。

## 《はしの使い方をマスターしよう》

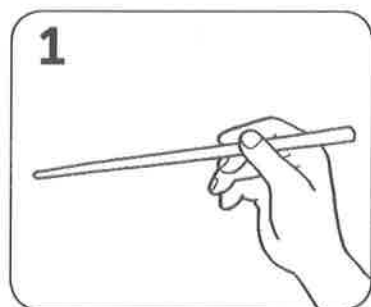


日本人は昔から、はしを使って食事をしてきました。和食の食事マナーの中で、はしの役割はとても重要です。

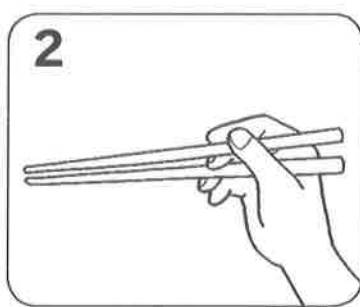
はしの使い方が正しいと、料理が食べやすいだけでなく、まわりの人たちにもよい印象を与えることができます。



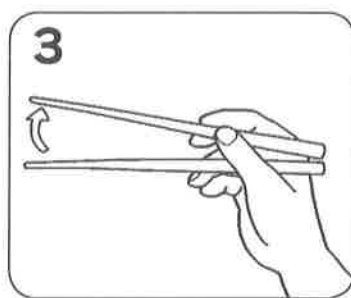
## はしの正しい持ち方 (上手に持つことができますか?)



えんぴつを持つように  
1本のはしを持ちます。  
(上のはしになります。)



下のはしは、親指のつけねから  
中ゆびとくすりゆびの間におします。  
はしの先をそろえます。



中ゆびをつかて、上のはしだけを  
持ち上げて動かしてみましょう。

## 《はし使いチャレンジ》

はしを正しく持つことができれば、はじめて物を上手にはさむことができるか  
チャレンジしてみましょう。一番簡単なスポンジをはさむことができれば、とうふ、



スポンジ



とうふ

豆...と 美味しいものにもチャレンジしてみましょう!!

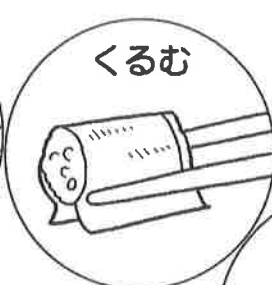
美味しいよ



まめ



# いろいろな 使い方ができる はし



はしは、つまむ、はさむ、切る、くるむ、  
混ぜる、など、いろいろな使い方ができる道具です。  
ただ、正しく持って、上手に使いこなしましょう。

## お家の方へ、給食の白衣についてのお願い

給食の白衣は、矢巾町から貸し出されているものなので、大切にお使い下さい。  
最近、ぼうしのゴムがのびているものが増えてきました。

ぼうしにアイロンをかけると、ゴムが熱で のびてしまうので  
ぼうしには アイロンをかけないように お願いします。

また、石破や（まつれ等）ありましたら、できる範囲で直して  
くださるととても 助かります。子どもたちの安全で 衛生的な  
給食のため、ご協力よろしくお願いします。

ご協力  
よろしく  
お願いします。



## 保護者の方へ（給食費の納入について）

今年度の給食費の納入がはじまります。第1期は5月からとなります。  
納付書で納入される方は月々の納付期限を、口座振替で納入される方は  
引き落とし日の預金残高をご確認くださいようお願いいたします。

第1期納付期限は、令和5年5月31日（水）です。

## 地産地消

今年度も矢巾町産の新鮮でおいしい食材  
を給食に取り入れていきます。

5月使用予定の町産食材は、米、大豆製  
品、レタス、ねぎ等です。

調理場では、調理した給食1食分について放射性物質の測定を実施しています。4月の測定結果は、厚生労働省の基準値以下でした。

