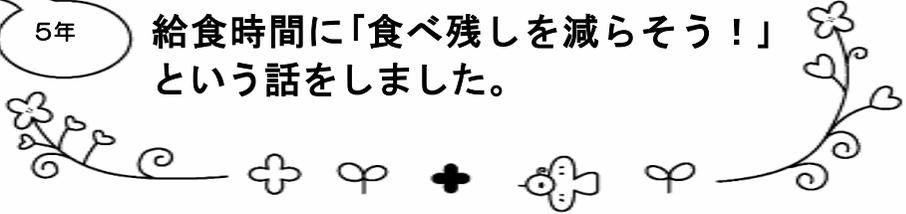


食育通信～5年生号～



5年

給食時間に「食べ残しを減らそう！」
という話をしました。

～むだなく食べることで、多くの飢えに苦しむ人々を救えます～

毎日、温かくおいしい食べものを食べられる幸せをあたり前だとは思っていませんか。今、世界では8億人をこえる人々が食料不足に苦しんでいます。また、飢えや栄養不良による病気で毎日3万人、年間1000万人もの子どもたちが命を失っているといわれています。人口が増加して食料の生産が追いつかない国、戦争や紛争などで食料の生産ができない国、天候不順や災害などによって食料生産が極端に減ってしまった国などが世界にはたくさんあるためです。ひとりひとりが、食べ残しを減らせるように心がけて、毎日の食事をおいしくいただきましょう！

肉も魚も米も野菜も、みんなかけがえのない「命」なのですから・・・。



食わずぎらいを していませんか？



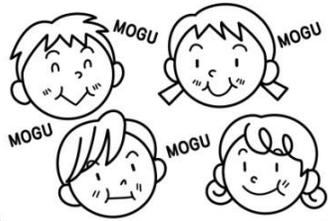
「〇〇がきれい！」という人、本当にきれいなのですか？ はじめてその食品を食べた時に、たまたまおいしくなかったり、悪い印象があったりして、食わずぎらいになっていませんか？ 違う料理で食べてみるなど、挑戦してみましよう。

★好き嫌いしないで何でも食べよう★

① まずは一口食べてみよう



② みんなで一緒に食べよう



③ お腹をすかせてから食べよう



給食時間にスッカラカンをめざそう！！

ひとりひとりが、しっかり食べるとスッカラカンになるよ！！
自分ができることは何かな？チェックしてみよう！！

- 給食当番は、協力して早く準備をする。
- 配ぜんする量を考えて、なるべく残らないように配ぜんする。
- 時間内に食べられる量を残さずしっかり食べる。
- 食べられる時は、おかわりをする。
- きらいなものもがんばって食べる。

いくつチェックできたかな？

