



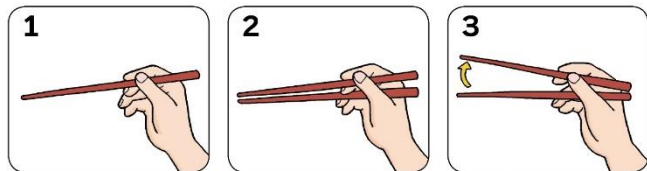
11月給食だより

令和 7 年 1 0 月 3 1 日
調布市立 染地 小学校
校 長 八木橋小百合
栄養士 加藤 純子

箸の持ち方、食事のときの姿勢、マナーについて

10月(6年1.2組は1学期)の給食時間に、各学級で箸の持ち方の確認をしました。正しく持てている子は1/3ほどでした。また、お茶碗の持ち方については以前から指導を行っていますが、気を抜くと×に例示している持ち方になっている子を多く見かけます。そもそもお茶碗を持たず、箸を持つ手と反対の手が宙ぶらりんだったり、ひじをついて食べたりしている姿もよく見られます。箸の持ち方と、食べるときの姿勢やマナーについて、ご家庭でも一緒に確認をお願いします。

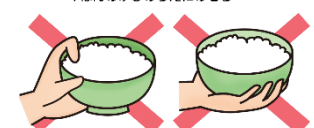
基本のはしの持ち方



1 上のはしは、正しい鉛筆の持ち方で軽く持ち、数字の1を書くように縦に動かしてみましょう。
2 下のはしは、親指のつけ根から、中指と薬指の間に通します。はし先はそろえましょう。
3 親指を支点にして、中指で上のはしを持ち上げ、上のはしだけを動かしましょう。

ポイント!! 中指は上のはしを持ち上げます。

中指が下のはしに固定されている子や、中指・薬指・小指を握りこんでいる子が多くいました。



出典：子ども環境教育情報紙「エコチル」

11月のこんだてより

4日(火)吹寄せごはん…秋の風に落ち葉が吹き寄せられ、間からきのこなどが顔をのぞかせている風景をイメージした季節のごはんです。

26日(水)27日(木)28日(金)ゲゲゲの鬼太郎…「ゲゲゲの鬼太郎」の作者である漫画家・水木しげるさんは調布市名誉市民です。鳥取県境港市で育ち、93歳で亡くなるまでの56年間に調布市で過ごしました。調布市では、11月18日から30日を「ゲゲゲの鬼太郎2025」として様々な催しが行われます。

給食では、ぬりかべや目玉のおやじなどのキャラクターをイメージした料理や水木さんのおうちで食べられてきた焼き飯やドーナツなどを作ります。楽しみにしていてください。



© 水木プロ



きじまだいらむらしまいと しめいやく しゅうねん 木島平村姉妹都市盟約40周年

調布市と長野県木島平村は、教育、文化、スポーツ、産業など、広く交流を図り、住民相互のふれあいと信頼を深めるため、昭和60年(1985年)8月1日に姉妹都市となりました。

木島平村ってどんなところ??

長野県の北東に位置し、調布市から約260キロ、車だとおよそ4時間、北陸新幹線を利用すると2時間ほどで行くことができます。長野県内でも有数の豪雪地帯で、冬は110日間ほど雪が積もり、深さは1.5~2.0メートルにも達します。豊富な雪解け水が農作物の栽培に適した自然環境をつくりだしています。

四季を通じてトレッキングやウインタースポーツなどのアクティビティ、絶景の露天風呂や伝統文化の体験などを楽しむことができます。

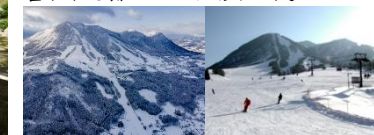


絶景の馬曲温泉



スキー場

日本一の急斜面(斜度46度)と言われる難コースがあります。



龍興寺清水(平成の名水100選)



©木島平村観光振興局

木島平村のおいしい食べ物

木島平村は米のオリンピックと呼ばれる国際大会にて10年連続金賞に輝いた米の優良産地です。また、アスパラガスやズッキーニ、きのこやりんごなど、豊富な雪解け水と寒暖差のおかげで、みずみずしく、甘みのある作物が育ちます。



木島平村のアンテナショップ【新鮮屋】

木島平村のアンテナショップが調布銀座商店街(トリエ京王調布C館北側)にあります。これからの季節はりんごがとともおいしいです。ぜひ、足を運んでみてください。

〈営業時間〉10時~17時30分 定休日：日曜・祝日

