

給食だより

令和6年3月号
昭島市立福島中学校
昭島市立昭和中学校



1年間をふり返ろう！食事のマナーをチェック

この1年間の自分の食事のマナーをチェックしてみましょう。

スタート

「いただきます」「ごちそうさま」
のあいさつがきちんとできた

はい

おはしや食器を正しく持って食べることができた



いいえ

いいえ

はい

机にひじをつかずに
背筋を伸ばして食べる
ことができた



はい

食事の時にふさわ
しい会話で楽しく食
べた



はい

主食とおかず（副菜
や主菜など）を交互に
食べた



いいえ

いいえ

いいえ

はい

早食いにならない
ように、ゆっくりよく
かんで
食べた



はい

食べ物が口の中に入
っている時は、話を
しないで食べた



いいえ

はい

いいえ

好き嫌いをしないで、
残さず食べるこ
とができる



いいえ

はい

食事のマナーについ
て、自分ができそうなこ
とを見つけて、挑戦して
みましょう。一つずつ積
み重ねて頑張りましょ
う。

苦手なところはどこ
でしたか？そこを意識
して直していけるよう
に、取り組んでみましょ
う。

食事のマナーがきち
んとできています。素晴
らしいです。この調子で
食事のマナーを大切に
しましょう。

給食で取り入れた郷土料理など

生徒のみなさんが給食を通して、日本全国の食文化に触れたり、伝承する手立てになるように、給食で様々な地域の郷土料理や特産品を取り入れてきました。今年度の給食で取り入れた郷土料理をまとめました。いつか皆さんが本場の料理を食べた時に、給食で食べたことを思い出してください。

《北海道》 (特産品)
 ちゃんちゃん焼き 昆布
 ガタンスープ 鮭

《新潟県》
 のっぺ

《青森県》
 バラ焼き
 せんべい汁
 煮あえっこ

《宮城県》
 おくずかけ

《福島県》
 ざくざく

《東京都》
 ちゃんこ (特産品)
 明日葉、とび魚

《長野県》
 油味噌

《愛知県》
 煮味噌
 ひきずり (特産品)
 八丁味噌

《新潟県》
 のっぺ

《奈良県》
 奈良のっぺ
 飛鳥なべ

《岡山県》
 七福なます
 蒜山おこわ

《栃木県》 (特産品)
 かんぴょう

《高知県》
 ぐる煮

《宮崎県》
 ざぶ汁

《島根県》
 さばの炒り焼き

《山口県》
 けんちょう

《鹿児島県》
 がね

《沖縄県》
 いなむどうち
 タコライス
 チャンプルー (特産品)
 黒砂糖、もずく

この他にも、日本各地には、たくさんの郷土料理や特産品などがあり、地域に根差して受け継がれています。これからも献立に取り入れ、学校給食で紹介していきます。

今年度の給食はいかがでしたか？毎日の給食を通して、バランスの良い食事のとり方、食に関する様々な知識を覚えてください。

