

# 2月 きゅうしょくだより 令和4年 稲美町

# 2月の目標 好き嫌いなく食べよう



連日、厳しい寒さが続きます。給食での新型コロナウイルス感染症予防対策も気を抜けません。もう一度、給食を食べるときの注意点を確認してみましょう。

## 好き嫌いをなくすための3つのポイント

**1** 『おいしそう』を引き出そう！  
子どもは、初めて見る食べ物を避けることがあります。周りの人がおいしそうに食べていると、初めて見る食べ物への不安が減ります。



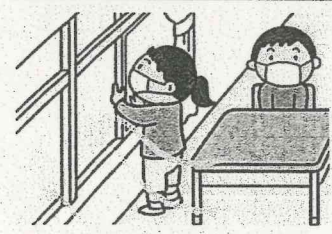
**2** 年齢が上がるにつれて食べられるようになることも...  
子どもの頃は苦手でも、成長して食べられるようになることがあります。まず一口食べてみましょう。



**3** 食べやすくする工夫☆  
新鮮な食材を使ったり、味付けや調理方法をかえると、食べられることもあります。例えば、ピーマンの苦みは油で炒めるとやわらぎます。



### 換気をしっかりしよう！



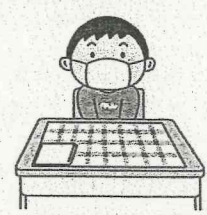
寒くても、換気をしっかりしましょう。

### せっけんでしっかり手洗い！



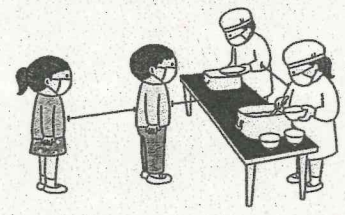
毎日、清潔なハンカチをもたてきましょう。

### 静かに待とう！



準備ができるまで、静かに待ちましょう。

### 西にせんでもソーシャルディスタンス



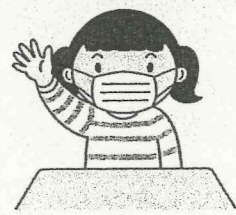
並ぶときは、間をきちんとあけましょう。

### 声は出さずによく味わって！



食べ物とお話するつもりで、よく味わって食べましょう。

### 話すときはマスクをつけて



話すときは、マスクをつけましょう。

## 2月の行事食 恵方巻き

恵方巻きは、その年の『恵方(縁起のよい方角)』を向いて無言で丸かじりすると願いごとが叶うというものです。もともとは、関西を中心にいた地域の風習が全国に広がりました。また、『福を巻き込む』ということから七福神にあやかり、7種類の具材を入れると良いとされています。

