



令和3年6月29日発行  
学校長 田熊利光 栄養教諭 大島久美子

運動会や修学旅行など、大きな行事が終わり、夏の総体が近づいてきました。3年生にとってはいよいよ最後の大会ですね。暑い夏の試合は、水分補給が勝敗の分かれ目になることがあります。前回の給食だよりに水分補給について書きましたので、読んでくださいね。石橋中ウェブサイトにもバックナンバーがあります。

## 県民の日地産地消ウイーク(6月14~18日)

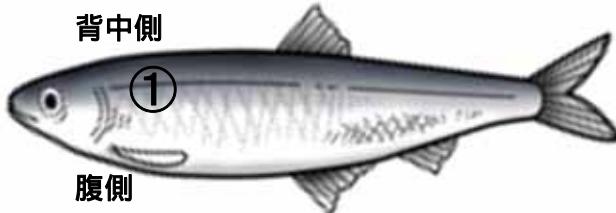
今年も県民の日に合わせて地場産物について学ぶ「地産地消ウイーク」を実施しました。

コロナ禍による国の事業で、県産あゆを無償でいただきました。一尾丸ごとの魚を食べられる貴重な機会なので、給食時間に「正式な魚の食べ方」について学習しました。

### 食べ方の基本

頭が左になるように置き

背中側の左 右 腹側の左 右の順に食べる



正式な場でもマナー違反にならない食べ方を覚えておくと、将来絶対に役立ちます。そして、あきらめず繰り返し食べることで、誰でも上達します。



自信がないと

改まった席で  
魚が出てくると  
緊張する…



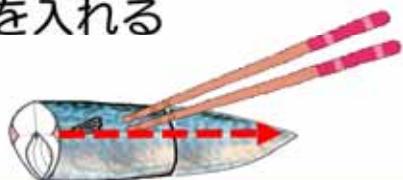
どうしよう…



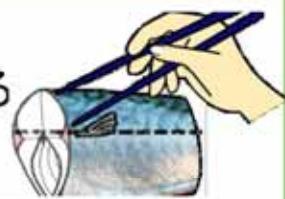
今のうちに  
練習して  
おけると  
いいですね

### 魚の正しい食べ方

①身の真ん中に箸で  
線を入れる



②背中側の身を  
左→右にとって食べる



③腹側の身も  
左→右に食べる

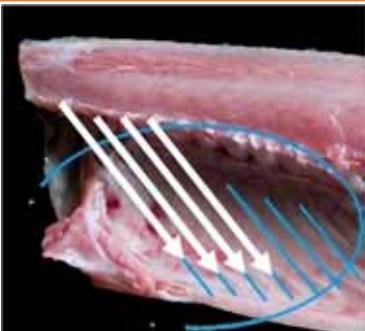


④背骨をつかんで左に向かって外す  
この時に魚はひっくり返さない



④下の身も左から右に  
食べる  
骨などは皿の奥に  
ひとまとめにしておく

### 魚ニガテさんの最大のハーダル・腹骨をじょうずにとろう



箸で骨をつまんで上から  
下にひっぱると、きれいにと  
れます。

ただし、あゆは骨が柔ら  
かいので、よくかめば食べ  
られます。どうしても気にな  
る人だけ。



動画を確認しながらみんな真剣です。