



令和3年2月号
愛知県立岡崎聾学校

立春を迎え、こよみの上では春ですが、まだまだ寒さの厳しい日が続きます。風邪やインフルエンザにもかかりやすい時期です。栄養バランスのとれた食事を取り、生活リズムを整え、睡眠を十分にとって元気な体をつくりましょう。

今月の目標 **感謝して食べよう**



命への感謝 「いただきます」
私たちが食べるものは、もとをたどればすべて生きていたものです。そうした動物や植物の命をいただく(食べる)ことで、私たちは今、生きています。自然の恵みや、私たちの命をつないでくれる大切な食べ物に感謝する気持ちを表すのが「いただきます」というあいさつです。



命に「いただきます」
人に「ごちそうさま」

人への感謝 「ごちそうさま」
昔、お客様をおもてなしするとき、家の人はいろいろなところを歩き回って、材料を探し求め、ときには命がけて食べ物をとらなければならぬこともありました。そのご苦労に「ありがとう」の気持ちを伝えることから始まったあいさつです。作ってくれた人、食事ができることへの感謝の気持ちを表しています。



みなさんから募集した献立が2月に登場します！

〈2月3日〉
・ネギチーズ (小学部 3年 Aさん)
おすすめポイント ネギとチーズを組み合わせるとおいしいです！

〈2月15日〉
・ポパイごはん (幼稚部 4歳 Jくん)
おすすめポイント 甘みもあり、子どももばくばく食べます。家族みんな大好きです。



〈2月9日〉
・ねぎたれおでん (中学部 B先生)
・豚バラキャベツ (中学部 1年 Cくん、3年 Dさん)
おすすめポイント インターネットで調べてみて、おいしそうでした。



〈2月18日〉
・野菜たっぷり春巻き (中学部 1年 Kさん)
おすすめポイント 野菜がたっぷり入っていて、健康にいいです！



・きのこ鍋(汁) (用務員 Eさん)
〈2月12日〉
・チーズ納豆 (幼稚部 F先生、中学部 G先生、高等部 H先生)



〈2月25日〉
・ホワイトシチュー (小学部 6年 Lさん)
おすすめポイント シチューと粉チーズの相性がピッタリです！



・ぶたすきに (小学部 3年 Iくん)
おすすめポイント 今回は豚肉を使ったけど、牛肉にかえてもおいしいです。

〈2月26日〉
・野菜入り水ぎょうざ (幼稚部 M先生)

