



給食だより



令和6年4月10日

4月の給食目標:準備・後片付けの方法を身に付けよう

入学・進級おめでとうございます！

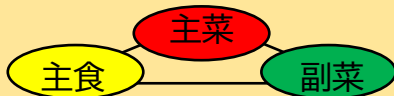
新年度を迎え、新しい環境での生活が始まりました。今年度もおいしく栄養満点の給食を提供できるよう、努めてまいります。給食の時間は、ただ食事をする時間ではなく姿勢やマナーに気を付けたり、色々な食材に触れたりする時間です。一人一人が楽しい給食の時間を過ごしていけるように声掛けをしていきます。どうぞ一年間よろしくお願いします。

元気の源 朝ごはん！！1

新年度が始まりました。休日に比べて、勉強や遊びなど体力を消耗する機会が増えます。また、勉強や遊びとは別に体の成長にもエネルギーを使います。お子さんが1日元気に学校生活を送るためにも毎日の朝食は欠かせません。ぜひ、朝ごはんを食べる習慣を身に付ける、または維持できるように声かけをお願いします。



朝食の良いところ



- ・体内時計を整える
- ・代謝の向上
- ・脳のはたらきを良くする
- ・便秘の改善

元気の源 朝ごはん！！2

寝起きの体は、1日を過ごすためのエネルギーが不足しています。子供たちであればなおさらですので、エネルギー源となる炭水化物は必ず摂取させるようにしましょう。朝は忙しく、時間の余裕が少ないと思います。そうしたときは前日の夕飯の残りでも良いと思います。欠食することなく、まずは何か食べる習慣を身に付けてほしいと思います。ご協力のほどをよろしくお願いします。



※イラストは例です。普段から主食・主菜・副菜（・汁物）が揃った食事を心掛けましょう。

給食当番の身だしなみ

給食当番の児童は、毎日給食着を着用して仕事をします。そして、週末は家庭に持ち帰ってもらっています。いつも給食着の洗濯や補修をしていただきありがとうございます。今年度もご協力をお願いします。

昨年度は爪切りやマスク忘れ、そして持ち帰った給食着を忘れてしまう児童が見られたので、ご家庭での声かけもよろしくお願いします。

帽子をかぶる

マスクをする

白衣を着る

爪を切る
手を消毒する



今月の食育ピクトグラム

食育ピクトグラム：食育の取り組みを子供から大人まで誰にでもわかりやすく発信するため、表現を単純化した絵文字。

1 みんなで楽しく食べよう



家族や仲間と会話を楽しみながら食べる食事は心も体も元気にします。

12 食育を推進しよう



食育とは、食に関する全ての教育のことです。ご家庭でもできることから始めてみましょう。



“なぜ行事食？”“なぜこのような料理名？”といった「食の不思議」について話してみるのも一つの食育です。