

きゅうしょくだより

岸和田市立光明小学校

4月号

進級おめでとうございます

新学期を迎え、新しい学年がスタートしました。元気に学校生活を送れるように、1日3回の食事と、睡眠をきちんと取る習慣をつけましょう。

今年度もクラスの友だちと協力して給食の準備をし、食事のマナーを守って楽しい給食時間にしましょう。

学校給食は、みんなが元気に過ごし、健康な心と体をつくる

ために栄養のバランスを考えて献立がたてられています。

給食室では調理員さんが一生懸命給食を作っ

てくれています。おいしくいただきます。



☆毎月19日は食育の日☆

4月の目標

協力して準備や片づけをしよう

せっけんで手をきれいに洗い、清潔なハンカチで



きちんとみじたくをしましょう

みじかく切ったつめ

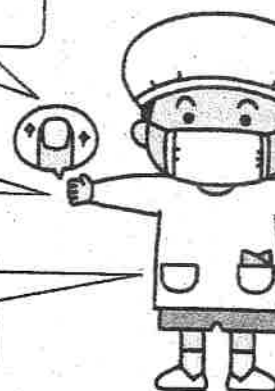
きれいに
あらった手

せいけつな
エプロンとぼうし

かみの毛が出ないように

マスクをつけるときは、
きちんとはなと口をかく
します

給食用ハンカチ



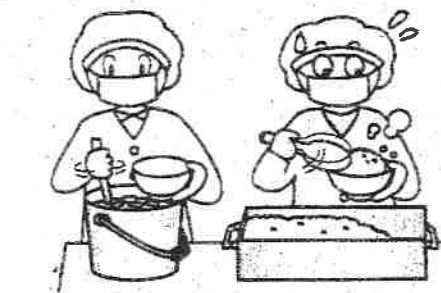
食器や食缶を協力して運ぶ

熱いもの、重い
ものは2人で持
ちましょう

床に直接、
食器や食缶
を置かないで



1人分ずつ丁寧に盛り付ける



汁物は底からよくかき
混ぜて入れましょう

多過ぎたり
少な過ぎたりし
ないように

学校給食を通して学ぶこと

<p>1 楽しく会食すること</p> <p>● 食事のマナー ● 会食を通して人間関係を深める</p>	<p>2 健康によい食事のとり方</p> <p>● 栄養バランスのよい食事 ● 日常の食事の大切さ</p>
<p>3 食事と安全・衛生</p> <p>● 安全で衛生的な食事の準備や後片づけ ● 食中毒予防 ● 自分の健康</p>	<p>4 食事環境の整備</p> <p>● 食事にふさわしい環境づくり ● 衛生的な盛り付け ● 環境や資源に配慮</p>
<p>5 食事と文化</p> <p>● 郷土食や行事食 ● 地域の食料の生産・流通・消費</p>	<p>6 勤労と感謝</p> <p>● みんなで協力して自主的に活動 ● 感謝の気持ち</p>

◆◆◆ 給食室より ◆◆◆

給食当番はエプロン・帽子・マスクをつけますので、ご準備をお願いします。

給食や食生活のことで、ご心配なことがありましたら、ご相談ください。