

4月 食育だより



ご入学・ご進級おめでとうございます！

新しい1年がスタートします。これから、みなさんが毎日健康で元気に学校生活を送ることができるよう、給食を届けていきます。1年間よろしくお祈いします！

今年度4月より、調理員5名と栄養士1名で、給食を提供していきます。栄養や味付けを工夫しながら、満足いく給食にしていきますので、食堂に足を運んでください。

年2回食事のアンケートを実施しますので、「美味しかったから、また出してほしい」「苦手な味だから、変えてほしい」など給食の感想を教えてください！

ベテランの調理員さんが、給食を作ってくれています。給食をもらうときは、挨拶できるといいですね。なさんの「美味しかったよ！」という言葉がやる気に繋がるので、たくさん感想を伝えてください！

甲さん



住さん



松木さん



加藤さん



伊藤さん



4月、新しいスタート！

◎例えば・・・

○毎月、給食だよりを読んでみる



○給食を食べに食堂に行ってみる



○よく噛んで食べることを意識する



○好きな食べ物を一つ増やしてみる



こうした小さな習慣も「食育」に繋がります。毎日の食事は、体を作る大切な時間。自分なりの目標を決めて、新しいスタートを楽しみましょう！

勉強や仕事のことを考えると、目標を立てるのは少し大変かもしれませんが、目標は小さなことでも大丈夫！



◎給食室のルール～みんなで楽しく、安全に食事を！～

①食事の前に手を洗おう

きれいに手を洗わないと手についた菌やウイルスが体の中に入ってしまいます。指の付け根や爪の間までしっかりと丁寧に手を洗いましょう。



②食事のあいさつをしっかりとしよう

私たちが食べている食事は、食材を作ったり採ってくれたりする人、運んでくれる人、料理をしてくれる人、たくさんの人のおかげでできています。感謝の気持ちをこめてあいさつをしましょう。