



4月給食だより

平成31年4月号
練馬区立開進第二小学校
校長 長谷川修
栄養士 横山葉菜

「早寝早起き朝ご飯」

運動シンボルマーク！



新しい学年での生活がスタートしました！

ご入学、ご進級おめでとうございます。



新入生のみなさんは新しい学校生活の始まりに、
在校生のみなさんは学年が一つ上がり心機一転、
やる気になっていることと思います。

学校給食は、成長期にあるみなさんの心と体の健康と発達のため、旬の食材を取り入れ、栄養バランスを考えて作っています。また行事食や郷土料理などもお伝えしていきます。楽しみにしててくださいね。



☆給食だよりについて☆

毎月、このおたよりを通して、食に関する情報や給食・食育についてお知らせしていきます。ご家庭での食育にも役立てていただければ幸いです。ぜひ、お子さんと一緒にご覧ください。

☆給食当番についてのお願ひ☆

給食当番の順番がまわったら、白衣の洗濯をお願いします。また、清潔なマスクを持たせてください。



Q.給食費って何に使われるのですか？

A.給食費は子どもたちにおいしい給食をつくるための食材費となります！ 地域でつくられた新鮮で安心安全な食材を積極的に取り入れ、成長期の子どもたちのために、栄養バランスのよいおいしい給食をつくっていますので、保護者の方々には、ご理解いただきたく、お願いいたします。



学校給食の7つの目標

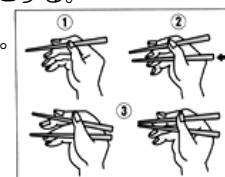
①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。 	②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。 	③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。 	④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。 	⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。 	⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。 	

☆給食の時間を通して身につけてほしいこと☆

- 挨拶や感謝の気持ちを忘れずに食べましょう。
「いただきます」は「食べ物の命をいただきます」、
「ごちそうさま」は「食事を出すために走り回ってくれた人への感謝」の言葉です。
給食も農家の方や調理員さんなど、さまざまな人が関わっています。
調理員さんを見かけたら、給食の感想を伝えるなどあいさつしましょう！



- 箸を正しく持ちましょう。
①1本をえんぴつのように、親指、人差し指、中指で持つ。
②もう1本は矢印のほうから入れて、親指の付け根と、薬指で支えるようにする。
③上の箸を動かし、箸の先を開いたり閉じたりして、食べ物をつかみます。



- よい姿勢で食べましょう。
- 時間を守って食べましょう。
- 苦手な食べ物も目標をもって挑戦しましょう。

給食は食べることに学ぶ時間でもあります。
一口ずつ、頑張りましょう！

心を込めておいしい給食作りに取り組んでいきます。
1年間よろしくお願ひします！

