



給食だより

令和6年10月28日
練馬区立練馬第三小学校

10月は寒いと感じる日があったかと思えば、中旬からは25℃を超える夏のような暑さが戻り、体調を崩す人が多かったようです。そして、今年はインフルエンザの流行時期も早いと予想されています。病気に負けない体を作るために、普段から「ちゃんと栄養」「しっかり睡眠」+「丁寧な手洗い」を習慣にしましょう。

食事のあいさつってどんな意味があるの？



かかわった人や命への感謝が込められているよ



いただきます

食べ物はもともと生きて動物や植物の命です。その命をいただくことへの感謝が込められています。

ごちそうさま

漢字で「ご馳走さま」と書き、食事を用意するために駆け回ってくれてありがとうという意味です。

11月8日は いい歯の日

生涯にわたって口からおいしく食べるためには、丈夫な歯が必要です。食後の歯みがきをして、歯の健康を保ちましょう。



勤労感謝の日に 思いを伝えよう

ありがとう



勤労感謝の日は、働いている人に「ありがとう」という感謝の気持ちをもつ日です。働く人がいて、いろいろな人が互いに支え合っているから、みんなの生活が成り立っています。この日の一つのきっかけに、「ありがとう」の気持ち伝えてみませんか？

10月使用農作物産地

にんじん(北海道)	たまねぎ(北海道)	チンゲンサイ(千葉)
ごぼう(青森)	長ねぎ(山形)	さつまい(茨城)
キャベツ(群馬)	巨峰(長野)	りんご(長野)

給食室からのお願い

給食当番の時は、エプロン、三角巾、マスクの3つが必要です。最近、この3つが揃わない人をよく見かけます。衛生的に給食当番をするために、必ずご用意ください。