

# 4月給食だより

平成31年4月8日  
練馬区立練馬東小学校  
給食部



早寝 早起き 朝ごはん  
「早寝早起き朝ごはん」  
運動シンボルマーク

御入学・御進級おめでとうございます。色とりどりの花が咲きほこる中、元気いっぱいの新入生を迎え、新年度の学校生活がスタートしました。皆さん、期待に胸ふくらませているのではないのでしょうか。環境が変わるこの季節は、緊張や不安から体調をくずしやすくなる時でもあります。睡眠をしっかりとり、朝食を食べて登校するようにしましょう。今年度も、安全・安心でおいしい給食を提供できるよう、一同で力を合わせて頑張りますので、どうぞよろしくお祈りします。



以下の内容は、家庭でも実践し子供たちに伝えていただきたいことです。

## ①今日の給食は何かな？

(献立表を見やすい場所に貼っておいてください)

- ・毎日の献立に目を通し、朝食や夕食と重ならないようにしましょう。
- ・給食の献立や食べたときの様子などを家族で話し合ってみましょう。

## ②食べ物を大切に作る心を育てましょう

- ・食べ物は、たくさんの人の手を通して作られています。感謝の気持ちをもって食べましょう。そういう気持ちで、自然と「いただきます」「ごちそうさま」の言葉が出てくるといいですね。

## ③朝ごはんをしっかり食べて登校しましょう

- ・早寝・早起きは、健康の第一歩、朝ごはんは1日の活動源です。

## ④清潔なハンカチの用意

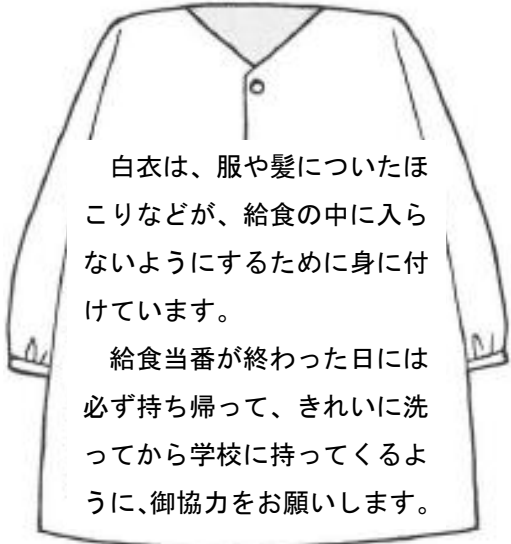
- ・食事の前に必ず、手を洗いましょう。  
トイレへ行っても、手をふかず、ぬれた手を洋服でふいている人がいます。衛生的にもよくありません。

## ⑤食事のマナーは身に付いていますか？

- ・背筋をピンと伸ばし、正しい姿勢で食べましょう。
- ・正しい「箸」の持ち方をして食べましょう。
- ・食べ物を口に入れたまま話をするのはやめましょう。
- ・食事中は、食事にふさわしい話をしましょう。



## 清潔な白衣を身に付けましょう

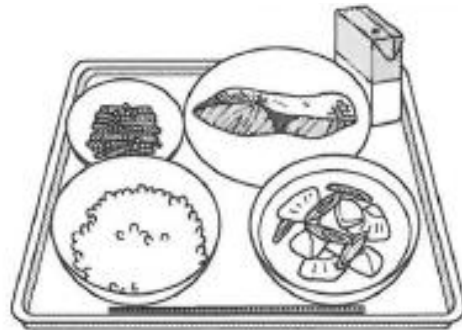


白衣は、服や髪についたほこりなどが、給食の中に入らないようにするために身に付けています。

給食当番が終わった日には必ず持ち帰って、きれいに洗ってから学校に持ってくるように、御協力をお願いします。

## 「生きた教材」としての給食

としての給食



学校給食は栄養のバランスがとれた献立で、旬の食材や地場産物を多く利用して作っています。

成長期の子供たちの心や体の健全な発達を支えるだけでなく、子供たちに望ましい食習慣や知識、食に関する実践力などを身に付けさせることができます。

### \* 保護者の皆様へ \*

今年度の給食費初回引き落とし日は、5月7日(火)です。

2か月分の引き落としとなりますので、不足とならないよう御入金の準備をお願いします。1年生と転入生は6月5日(水)が初回の引き落としとなります。