

# きゅうしょくだより 11月号

練馬区立八坂小学校  
校長 西山 守  
栄養士 渋谷 直巳

学校のまわりの木々が黄金色に色づきはじめ、秋の深まりを感じる頃になりました。これから寒さも本格的になります。風邪やインフルエンザにかからないよう、手洗い・うがいと、十分な休養、バランスの良い食事が大切です。健康管理には十分に気をつけ、今月も元気に過ごしましょう。

## 11月23日は勤労感謝の日

この日は、私たちの生活を支えてくれる、すべての人や物に感謝する日です。

いつも皆さんが食べている給食は、たくさんの人や物に支えられてできています。作物を育ててくれた自然、一生懸命育った作物、作物を育ててくれた人、作物を運んでくれた人、調理をしてくれた人、そして、それらを買うために働いてくれたおうちの人など、すべてに感謝をして給食をいただきますよ。



## 給食を残さず食べる努力をしてみましょう

みなさんは給食を残さず食べていますか？給食で苦手なものが出たときや、食べたことのない料理が出たときなどは、残してしまう人もいるかもしれません。しかし、あなたが残した「ほんの少しの給食」が、八坂小学校全校分集まるととてもたくさんの量になってしまいます。

もう一口食べられないか、少しだけ頑張ってみましょう。そして、残さず食べることが、作ってくれた人たちへの感謝の気持ちをあらわすことにもなりますよ。



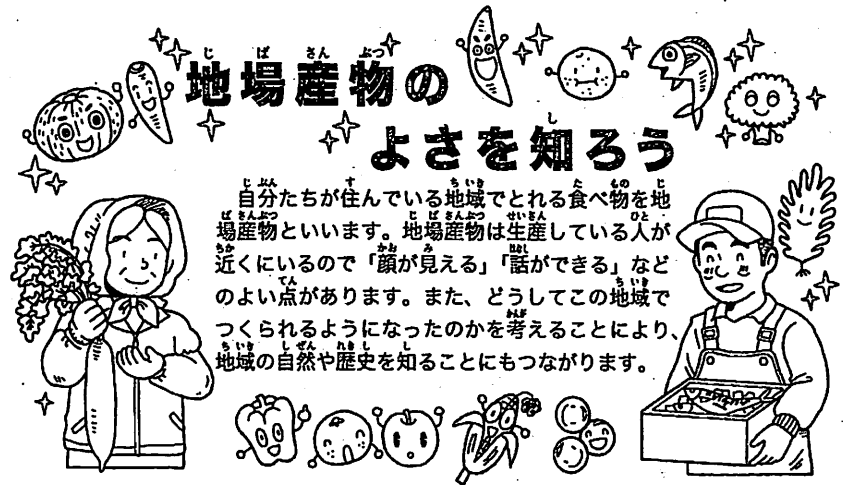
## 「はやね☆はやあき♡あさごはん週間」

今回も各ご家庭のご協力ありがとうございました。取り組みを重ねるごとに朝ごはんや生活習慣の意識が高まっているようです。これから引き続き「早寝・早起き・朝ごはん」の習慣が続けられるとよいと思います。

## 〈小中連携共通献立について〉

11月21日(水)は八坂中学校との小中共通献立の日です。メニューはご飯・みそ汁・きゃべついっぱいメンチカツ・こまつなの油炒め・みかんです。メンチカツはきゃべつをたっぷりを使用し、給食調理員が一つ一つ心をこめて手作りします。お楽しみに♪

また、10月25日(木)の共通献立では、骨付きのさんまの塩焼きを出しました。低学年には少し難しかったようですが、どのクラスもキレイに食べていました。給食時間にいくつかのクラスに質問をしたところクラスの半数くらいの児童が「お母さん、お父さんに食べ方を教わった」と答えていて、先月の給食だよりを見てご家庭で練習して下さったのだとわかり、とても嬉しく思いました。ご協力どうもありがとうございました。



## 《26日は「練馬産きゃべつの日」》

練馬はきゃべつの生産量が都内ナンバー1で、練馬区の農地の4割がきゃべつ畑です。26日は練馬区で生産されたきゃべつを区内の小・中学校の給食で一斉に使用する「練馬産きゃべつの日」です。今年で5回目になります。地元でとれた野菜を子どもたちに食べてもらい、地域の自然や文化に関心を持ち、生産者の方へ感謝の気持ちを育てることがねらいです。八坂小では練馬産きゃべつのポトフを作ります。



☆今月は白石農園さんからだいこん・ほうれん草が届きます。

給食費の納入にご協力お願い致します。  
今月の引き落とし日は 11月8日(木)です。  
引き落としの際には振込手数料52円がかかります。ご了承ください。