

食育だより 4月



練馬区立豊玉中学校

ご入学、ご進級おめでとうございます

うらかな日差しのもと、草木が芽吹き始める季節になりました。元気いっぱいの新入生を迎え、新年度が始まります。生徒の皆さんは、新しい生活に慣れるまで緊張や不安に思うことが続くかもしれません。気温の差も大きいこの時期は、体調も崩しやすくなる時期でもあります。毎日しっかりと睡眠をとり、朝ごはんを食べて登校するようにしましょう。

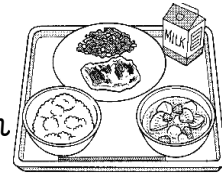
朝ごはんを食べて登校しましょう

朝ごはんを食べると、寝ている間に下がった体温が上がり、脳や体が目覚めます。また、エネルギーが得られ、1日を元気に過ごすことができます。学力、体力、気力を向上させるためにも、朝ごはんをしっかりと食べるようにしましょう。



学校給食の役割

学校給食は、栄養バランスのよい食事によって、みなさんの体や心の健康と成長を支えます。そして給食や給食時間の準備・後片付けを通して、望ましい食習慣や食に関する実践力を身に付けます。また、地場産物や郷土料理、行事食なども取り入れていきますので、地域の文化や伝統に対する理解を深めていきましょう。

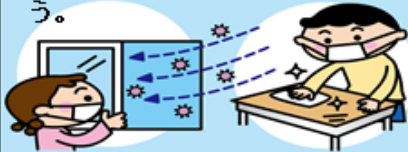


新しい生活様式を踏まえた

給食時間の約束



教室内の換気、机の上の片付けなど、食事の環境を整えましょう。



給食の前後に、せっけんできれいに手を洗いましょう。



給食当番は必ず健康チェックをきちんと身じたくを整えましょう。



マスクは、「いただきます」のあいさつの後に外し、マスク入れなどにしまいましょう。



姿勢よく、前を向いて静かに食べましょう。



みんなで協力をして、より良い給食時間にしましょう。

～お願い～

エプロン、三角巾、巾着袋の洗濯をお願いします。

給食当番は、エプロンと三角巾を使用します。週末に持ち帰り、巾着袋と一緒に洗濯をして、週明けに忘れずに持って来てください。また数に限りがあり、みんなで使用するものなので、紛失しないようにお願いします。



給食費引き落としについて

今年の給食費は昨年同様、1食333円です。給食費は、食材の購入に充てられ、安全な給食を提供するために使っています。期日までの入金をお願いいたします。

