

食育だより 5 月



令和7年4月30日

練馬区立豊玉第二中学校

新年度が始まって早くも1か月、吹く風も爽やかで、若葉のきれいな季節になりました。新しい環境にも慣れてきた一方で、ゴールデンウィーク明けなどの休み明けは疲れが出て体調を崩しやすい時期でもあります。休みの日にも早寝・早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べて1日を生活のリズムを崩さずに元気に過ごしましょう。

○1年生中学校での初給食○

4月9日（水）より給食が始まりました。2、3年生はクラス替えがありましたが手慣れた手つきで配膳をしていました。1年生は大きな環境の変化の中、頑張って配膳していました。初日の給食は「カレーライス」、「オニオンドレッシングサラダ」、「紅白ポンチ」、「牛乳」でした。小学校に比べ、中学校の給食の量は大きく変化しますが、よく食べている様子がみられています。「美味しい」や「量も丁度良い」といった声も聞こえていました。中学校は心も体も大きく成長する期間です。ぜひ、家庭でも学校でも残さず食べて心も体も大きく成長して欲しいと思います。

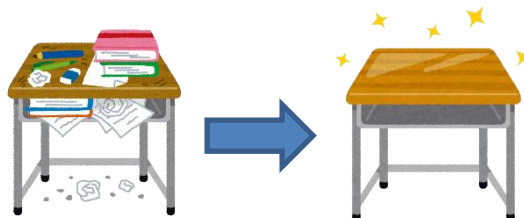


今年度初めての給食

○食事をするときの環境を整えよう○

食事をするとき、皆さんはどのようなことに気をつけていますか？手洗い・うがい、食事マナー、食事環境など人それぞれ気をつけていることがあると思います。今回は食事をするときの環境についてです。

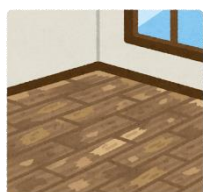
環境といってもイメージがつきにくいかもしれません。では、机の上を見てみてください。プリントや教科書など食事の時に関係のないものが置いてありませんか？消しかすなどで机の上が汚れていませんか？机の上だけではなく、床にごみ等が落ちていませんか？換気をしていますか？教室の温度は適温ですか？良い食事環境というものは清潔で明るく、リラックスできる雰囲気を作ることが重要です。学校では給食の時に机に飾ったり、食器を華やかにしたりすることはできません。学校生活の中で良い食事環境を作るためにできることから始めてみましょう。



机の上はきれいに！



空気を入れ替えよう！



教室掃除も忘れずに！

