

4月 食育だより

令和5年4月10日
船橋市立二宮小学校

今年度の給食がはじまります。給食は、伝統文化や旬、心身を健康に保つための知識を学ぶことができるよう、さまざまな工夫をしています。おいしく食べることはもちろん大切ですが、あわせて献立表をしっかりと確認したり給食時間の放送をよく聞いたりして、自分が食べているものについて考えてみましょう。

こんげつ きゅうしょくもくひょう 今月の給食目標

きゅうしょくのきまりをおぼえよう

がっこうきゅうしょく 学校給食について

学校給食は、栄養バランスのとれた食事を子どもたちに提供することにより、子どもの健康の保持増進、体位の向上を図っています。

また、それだけではなく、「生きた教材」として、各教科や特別活動、総合的な学習の時間等において活用され、食育を推進していくうえでの中心的な役割を担っています。



きゅうしょく 給食のきまり~しっかり守って、楽しく給食を食べよう~

- 給食の前と片付けの後にはしっかりと手を洗きましょう。
- 給食当番はきちんと身支度を整えましょう。
- 時間のけじめをつけましょう。
- 食器はていねいに片付けましょう。

まいにち げんき 毎日を元気にすごすために！

<毎日、朝食を食べましょう！>

朝食は1日のエネルギー源です。毎日きちんと食べてから登校するようにしましょう。朝食を食べると体があたたまり、集中力がアップします。

<1人でできるようにしましょう！>

給食をおいしく食べられるように、2つのことをおうちで練習をしましょう。1つは、焼き海苔の袋やソフト麺の袋を自分で開けられるようにしましょう。また、骨がある魚が出ることもあります。骨に気をつけて食べられるようにしてください。

<食事のマナーに気をつけましょう！>

食事のマナーをしっかりと守ることで、一緒に食事をしている人が気持ちよく食事をする事ができます。箸の使い方や物を口に入れたまま話をしないこと、姿勢を正して食べること、食べ終わったら静かにしていることなどに気をつけましょう。

<給食の話をしましょう！>

その日の献立や食べた時に感じたことを、おうちの人に話してみましょう！給食では、行事食や船橋市の旬の食材を使った献立が出ます。ぜひ、その日の給食についての話をしてみてください。

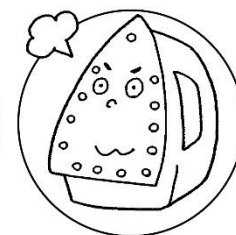
保護者のみなさまへ

給食当番の着る白衣は、クラスのみんなで使います。お子さんが給食当番の時は、週末の洗濯やアイロンがけ、また、ボタンが取れかかっていたらボタンつけなどをお願いいたします。

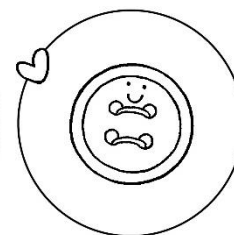
せんたく
洗濯



アイロンがけ



ボタンつけ



給食では、食育のためにさまざまな食材を使います。献立表を確認していただいて、もしはじめて食べるものがありましたら、給食で出る前にぜひご家庭で出してみてください。今年度も、栄養満点で、おいしい給食をこころがけます。そして、安心安全な給食運営に努めますので、どうぞよろしくお願ひします。