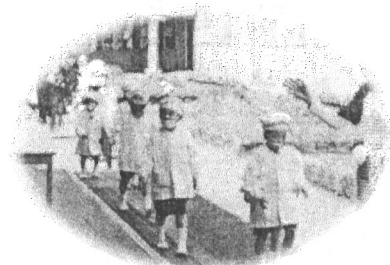




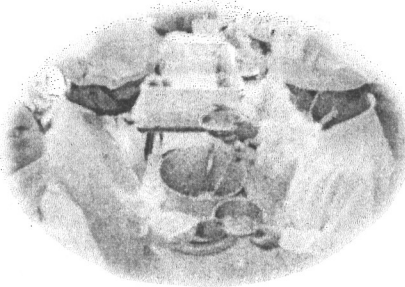
4月 給食だより



新学期が始まって、1か月が経ちます。新しい環境、新しい勉強に慣れてきた頃でしょうか？
 気候もだんだんと暖かくなってきて、植物たちも新緑がきれいな季節になってきました。季節の
 変わり目で、体調を崩しやすい時期でもあります。食事・運動・睡眠の生活リズムを整えながら、
 日々をすごしていきましょう。



一年生も給食スタート!



みそ汁も上手につぎ分けていました!



給食着も上手に

たたんでいました!

「人を良くすると書いて『食』」といわれます。「食」という漢字のそもそもの成り立ちとは違うそ
 うですが、食べ物や食べ方の大切さをよく言い当てたものだと思います。心身の健やかな成長を願い、
 学校教育の一環として行われる学校給食には、食を通した人間形成や生きる力を育むため、次のよ
 な目標がさだめられています。

人を良くすると書いて「食」

～学校給食の目標～

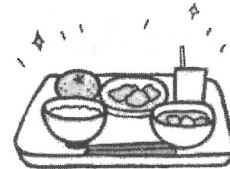
がっこう
学校
 きゅうしょく
給食の
 もくひょう
目標



適切な栄養と味覚で、
 健やかな体と心を育む。



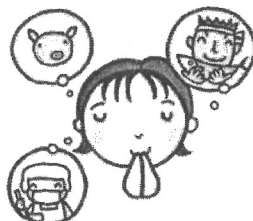
食べることの大切さや
 喜びを知る。



給食を手本に望ましい
 食べ方を学ぶ。



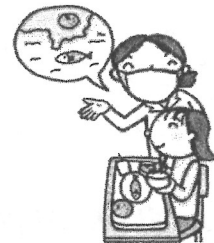
毎日の食事について、
 自分でも考え、判断して
 食べられるようになる。



いつも感謝の気持ちを
 もって食事をいただくこ
 とができる。



他人のことを考えて
 思いやり、学校生活を
 豊かなものにする。



食を通して地域の伝統
 や歴史を学び、食文化
 を未来に伝えていく。

今年も給食が始まります!

～お知らせとおねがい～

給食費について



給食費は、登録された口座から、毎月25日に引き落とされます。
給食費のお支払いが滞りますと、毎日の給食に支障が生じます。
未納がないように残高のご確認等、ご協力よろしくおねがいいたします。

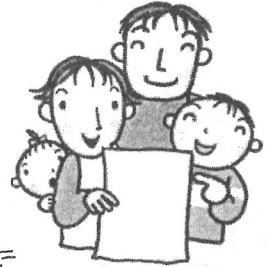
給食当番の白衣



給食当番の白衣は、その週の当番の児童が週末にご家庭に持ち帰ります。お手数ですが、洗濯をして週明けに学校に持たせてくださるようお願いいたします。

献立表の活用

毎月、おたよりと献立表を発行します。今年度も食育の観点から、交流給食など行事食や旬の食材を取り入れた献立、教材などに関連した献立を提供していきます。ぜひ、ご家庭でも話題にしてください。



給食の停止と返金について

入院などの理由で変更届が提出された日から5日以上連続して食べないことがわかっている場合には、給食費を精算して返金いたします。担任を通してご連絡ください。

～長いお休み期間の過ごし方～ 3つのポイント



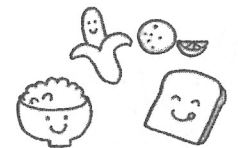
①学校へ行く日と同じ時間に起きる

体内時計のリズムは、朝起きて日光をあびることでリセットされるといわれています。毎日同じ時間に起きることで生活リズムは整いやすくなります。夜、寝る時間が遅くなったとしても、朝起きる時間は、変えずに起きましょう。



②朝ごはんを必ず食べる

朝ごはんを食べることで、頭も体も目覚めます。お腹がすいていなくても、ごはんやパンなどの主食や果物などを少しでも食べてみましょう。朝ごはんを食べることを習慣にすることが大切です。



③外で遊んだり散歩したり、外出する時間をつくる

外で遊ぶことで、太陽の光をあびることができるほか、体を動かす時間が増えて、夜ぐっすり眠れることも期待できます。また、ごはんもおいしく食べられるでしょう。

