

令和8年度



4月給食たより



昭和村のHPからカラー版
を見ることができます

昭和村学校給食センター
TEL : 24-6210

ご入学、ご進級おめでとうございます！新年度を迎え、期待とやる気に満ちていることと思います。毎日、元気に学校生活を送るために、健康的な生活を心がけ、1年間元気に過ごしましょう！

給食調理場では、今年もみなさんに、おいしい給食を届けるために職員全員で心をこめてつくりまします。よろしくお願いたします。

4月の給食目標

楽しく食事をしよう！



みんなで給食を食べるわけ！

毎日みんなで一緒に給食を食べるのは、国語や算数と同じ「勉強」だからです。給食を通して、次の事を学びます。

- ★みんなで協力して給食の準備や片付けをすること
- ★きちんとあいさつし、良いマナーで食事ができるようになること
- ★みんなと一緒に食べ、好き嫌いをできるだけ直すよう努力をすること
- ★地域の農業や特産品について学ぶこと
- ★行事食や郷土料理について学ぶこと
- ★食べ物の栄養や健康について学ぶこと
- ★食べ物を大切にすることや、給食を届けてくれた方々に感謝の気持ちを持つこと

毎日の給食には、みんなに学んでもらいたい願いが込められているので、色々なことを学びながら食べましょう！



楽しい食事は心と体を健康に！

新しいクラスでの給食が始まりました。楽しい気持ちで食べることは、心と体に良いことがたくさんあります。

みんなで楽しく食事をすると...



- 食欲が高まる
- 唾液がたくさん出る
- 胃や腸の働きがよくなる

食べ物の栄養が体に吸収されやすくなる！

自分だけでなく、クラス全員が楽しい気持ちで給食時間を過ごすためには、どうすればいいと思いますか？



給食当番の決まりを守ろう



みんなが給食を安心して食べられるよう、給食当番は決まりを守って、協力して準備や後片付けをしましょう。

<p>トイレは身じたくを ととのまへす 整える前に済ませる。</p>	<p>爪は短く切っておく。</p>	<p>て 手はせっけんで あら きれいに洗い、 せけつ 清潔なハンカチや タオルでふく。</p>	<p>たいちよう わる ひと 体調が悪い人、 て 手や指にけがをして せけつ いる人は、先生に ひと せんせい 相談する。</p>
<p>せけつ きゅうしょく ぎ 清潔な給食着を み 身につける。</p> <p>★給食着を床に置いて着替 えたり畳んだりしない。</p>	<p>かみ け ぼうし さんかくきん 髪の毛は帽子や三角巾に しっかりしなう。</p> <p>★髪が長い人は結んでおく。</p>	<p>はな くち マスクで鼻と口を おおう。</p>	
<p>おもいもの、あつ きょうりよく はこ 重いもの、熱いものは 協力して運ぶ。</p>	<p>しょつかん しょつき 食缶や食器かごなどを ゆか お 床に置かない。</p>	<p>ひとりぶん りょう かんが 一人分の量を考えて ていねい もつ 丁寧に盛り付ける。</p> <p>30人分なら… 10人分</p>	<p>しるもの そこ ま 汁物は底から混ぜて ぐ きんとう 具を均等に もつ 盛り付ける。</p>

たの しょくじ きつ 楽しく食事をするために気を付けよう!

<p>ちや 茶わんや 汁わんを手持 も って食べる。</p>	<p>すききらい しないで食 べる。</p>	<p>口に食べ物 をはなし 入れたまま話 をしない。</p>
<p>しょくじ 食事の とちゅう 途中で ある 立って歩か ない。</p>	<p>ひと 人のいやが はなし る話をしな い。</p>	<p>よくかん たの で楽しく た 食べる。</p>

のどに詰まりやすい食べ物は、特に気をつけて食べましょう。

まるくツルツとしたもの

うずらの卵
ぶどう
ミニトマト
さくらんぼ
しらたま
白玉だんご

粘着性の高いもの

はん
ご飯
もち
パン
いも類

かみ切りにくいもの

タコ
イカ
みずな
水菜
りんご