給食だより

2017.4 月号

新宿区立牛込仲之小学校



プかプかの新1年生を迎えて平成29年度がスタートしました!環境が変わり、 気持ちも心機一転!みなさん、期待に胸をふくらませていることと思います。

さて、私たちにとって食べることは生きるために欠かせません。いつまでも健康 で過ごすためには、子供のうちに望ましい食習慣を身につけることがとても重要 です。学校給食は「食事」としてだけでなく、「生きた教材」としても活用できる ように作られています。 給食を通して食について楽しく学んでいきましょう!

がっこうきゅうしょく もくひょう 学校給食の目標

がっこうきゅうしょく 学校 給 食では7つの目 標を定めています。

①適切な栄養の摂取による 健康増進を図る



②自常生活における食事について 芷しい理解を深め、健瑩な後坐活を 営むための判断力を選い、 望ましい後習僧を讐う

③学校生活を豊かにし、 聞るい緒受料と 共同の精神を養う

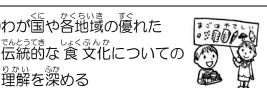


④食生活が自然の恩恵によって成り立つ ことを理解し、生命を尊重して しぜんかんきょう たいせつ たいど やしな 自然環境を大切にする態度を養う

⑥わが国や各地域の優れた

質解を深める

⑤食生活がさまざまな人の活動に **支えられていることを理解し、** 動労を重んずる態度を養う



つ食材の生産、流通、 消費について ただしい理解に導く





きゅうしょく じかん た もの えいよう しょくじ まな じかん 給 食の時間は、食べ物の栄養、食事のマナーなどを学ぶ時間でもあります。 きまりを守って、友達や先生と楽しい時間を過ごしましょう。

- きゅうしょく まえ かなら てぁら 給 食の前は必ず手洗い・うがいをしましょう。 せっけんを使ってていねいに手を洗いましょう。 ^てぬれた手は清潔なハンカチでふきましょう。
- きゅうしょくとうばん しこと きょうりょく 給 食 当番の仕事に 協 力 しましょう。
- がんしゃ 感謝の気持ちをこめて食事のあいさつをしましょう。 食べ物の命や作ってくれた人に感謝の気持ちをこめて、 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。
- 姿勢よく食べましょう。
- 食事中は楽しい話をしましょう。 きたない話や友達の嫌がる話はせず、楽しい雰囲気で食べましょう。
- こがて 苦手なものでも一口、食べてみましょう。 た。食べたことのないもの、苦手なものでも食べてみると 意外とおいしいかもしれません。まずは一口食べてみましょう。
- ⑦食事の時間を守りましょう。 おしゃべりに夢中になって時間内に食べ終わらない人はいませんか? じかん かんが た で き で き で き で き で き で き で き で き で き しょう。
- 8 残してしまった食べ物は、きちんと食缶にかえしましょう。

こんねんと うしなかしょう いとう ラ年度から牛仲 小 に異動してきた栄養士の大濱千佳です。 あんしん あんぜん 安心・安全でおいしい給 食を提供できるよう きゅうしょくしついちどう ちから あ 給食室一同、力を合わせて頑張ります! 1年間よろしくお願いいたします。





