



食育だより

令和5年度 第2号

我孫子市立並木小学校

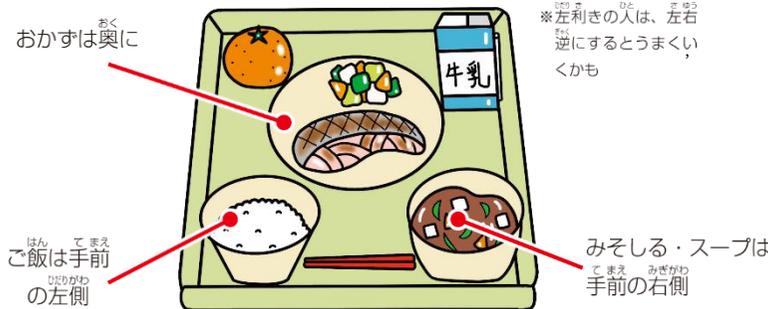


きぎ みどり がつ あたら がくねん はや げつ た
 木々の緑がまぶしい5月、新しい学年がはじまり早くも1カ月が経とうとしています。
 あたら がくねん がっこうせいかつ こ たち すこ な さいちゆう
 新しい学年、学校生活に子ども達は、少しずつ慣れていく最中ではないでしょうか。
 あたら とも あたら あじ て あ きゅうしょく あじ たの
 新しい友達と新しい味に出会いながら、じっくり給食を味わいながらも、楽しい
 きゅうしょくじかん かんが しょうかい
 給食時間にしてほしいと考えています。そのためのポイントについて紹介します。

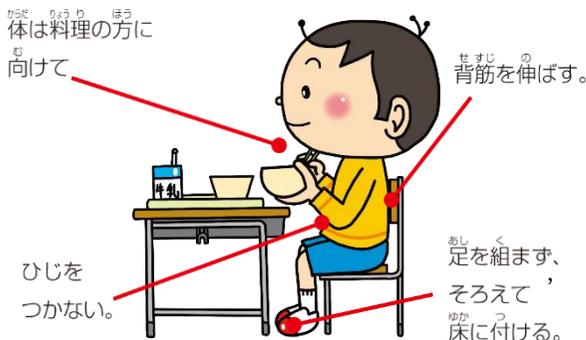
かっこいい食べ方をしよう

コロナ感染症がGW明けからは5類に移行します。以前のように、楽しく友だちの笑顔を見ながら給食を食べることができそうですね。しかし、おしゃべりに夢中になってしまい、食べることに集中できなくなると困ります。限られた時間内に食べ終わるように食事のマナーを守って給食を残さずに食べるようにしましょう。そのために次の3つのことを各自でふり返り、もう一度しっかりと食事のマナーについて確認してみましょう。

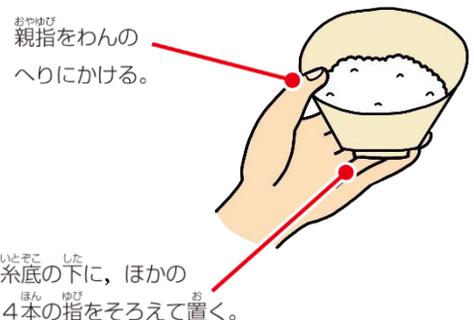
① 食器の配ぜんを確認



② 背中を伸ばして



③ お茶わんは手に持って



えいせい き しょうじ 衛生に気をつけて食事をしよう

感染症はコロナだけではなくインフルエンザやノロウイルスなどの胃腸炎なども含まれます。感染症にかからないためにも、食事をするときの衛生面の注意点を今一度振り返りましょう。給食の前には、しっかり石けんで手洗いをする事はもちろん、配膳台をきれいに拭く、毎日の清掃を丁寧に、換気をするなど、教室環境の衛生にも気を配りましょう。

また、かぜをひかないように栄養バランスのよい食事や、適度な運動、十分な睡眠をとって体調を整えましょう。



- 手は石けんできれいに洗いましたか？
- 手を洗った後は清潔なハンカチでふきましたか？
せっかく手を洗ってもハンカチが不衛生だとまた、ばい菌がついてしまい、意味がありません。
- しっかり水気をふいてからアルコール消毒をしましたか？
給食を受け取る時にも、マスクをつけるなどして、声を出さないよう静かに準備を整えましょう。

- 配膳台はきれいにふきましたか？
- 配膳台を拭く台ふきは、きれいに洗ってしっかり乾かしていますか？
きちんと洗って乾かさないとカビが発生するので注意！



給食当番は身支度も大切な仕事です

★つめは短く切りましょう

★石けんでしっかり手洗いをしましょう

★マスクをきちんとつけましょう



★ぼうしは髪の毛が出ないようにかぶりましょう

ねが
お願い

お子さんが白衣などを持ち帰った際に洗濯をお願いします。

- 教室は整頓されていますか？
- ほこりがたまったり、虫が発生したりしていませんか？
- 窓と廊下側の扉を開けて、風を通すようにして、十分換気をするようにしましょう。

