

給食だより



令和7年
9月号

(毎月19日は食育の日)

野田市立尾崎小学校

みなさん、^{げんき}元気に9月を迎えられていますか。^{なつやす}夏休みで^{みだ}乱れがちだった^{せいかつしゅうかん}生活習慣をもう一度見直し、^{がくしゅう}学習に^{うんどう}運動に^{げんき}元気にがんばれるようにしましょう。^{げんき}元気にスタートを切るためには、^{あさ}朝ごはんを、^{えいよう}栄養のバランスにも^き気をつけながら、^たしっかり^{とうこう}食べて登校してください。そして^{きゅうしよく}給食もよく味わって、^{たの}楽しくおいしく^た食べてください。

生活のリズムは規則正しい食生活から

^{なつやす}夏休み中に、^{ちゆう}夜ふかしや^{あさ}朝ねぼうをしたりと、^{せいかつ}生活のリズムが^{くす}崩れてしまった人はいませんか？
もし^{した}下の^{わる}ような^{しゅうかん}悪い習慣になってしまっていたら、^{なお}すぐ直しましょう。

夜ふかしをする



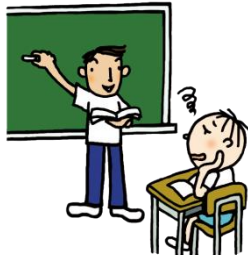
ねる前におやつを食べる



朝、なかなか起きられない



学校の授業に集中できない



朝からあくびが出る



朝ごはんが食べられない



規則正しい生活にもどす秘けつは、規則正しい食生活です!



^{あさ}朝、^{ひる}昼、^{ゆふ}夕の3食を^{しよく}決まった^{じかん}時間に^た食べることで、^{せいかつ}生活にリズムがもどってきます。^{さつそく}早速、^{はや}早起きして^{あさ}朝ごはんを^たしっかり^{はじ}食べることから始めてみましょう。

給食室から

9月がはじまりました。まだまだ^{ざんしょ}残暑も^{きび}厳しく、^{しよくちゅうどくじこ}食中毒事故も^{しんぱい}心配な時期です。^{なつやす}夏休み中、^{ちゆう}調理員さんたちは^{きゅうしよくしつ}給食室だけでなく、^こ子どもたちが^{まいにちつか}毎日使っている^{しよくき}食器や^{しよくかん}食缶、^{はし}はしや、^{すぷーん}スプーンなどを^{ピカピカ}にし、^{しんがつき}新学期に^{きもちよく}気持ちよく^{きゅうしよく}給食を^た食べてもらえるよう、^{さきょう}がんばって^{がつにち}作業を^{なつやす}していました。9月3日(水)より、^あ夏休み明けの^{きゅうしよく}給食が^{はじ}始まります。

^{あんぜん}安全でおいしい^{きゅうしよく}給食づくりを^{なつやす}がんばって^{ほごしや}いきます。^ひ保護者のみなさまにも^{つづ}引き続き、^{きょうりよく}ご協力をお願いたします。