

# きゅうしょくだより



児童数配布

No.1

## 入学・進級おめでとう



西東京市立芝久保小学校

栄養教諭 蓮見 治美

R7.4.8

ご入学・ご進級おめでとうございます。色とりどりの花が咲き誇る中、希望に満ちあふれた新年度が始まりました。皆さんの学校生活がより充実したものとなるように、日々の給食を通して応援していきたいと思います。調理業務は今年度も、(株)レクトンに委託します。どうぞよろしくお願いいたします。

### 学校給食は「食」を学ぶ時間です！

給食は単なる食事ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事で、成長期の子どもたちの発達を支え、健康によい食事や食文化、地場産物、食事マナーなど、様々なことを学ぶための時間です。

|  |                                                         |                                                      |                               |
|--|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------|
|  | <b>1</b> 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。<br>                        | <b>2</b> 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力や望ましい食習慣を養う。<br> | <b>3</b> 明るい社会性と協同の精神を養う。<br> |
|  | <b>4</b> 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。<br> | <b>5</b> 食生活が多くの人の労働に支えられていることを理解し、感謝する。<br>         | <b>6</b> 伝統的な食文化を理解する。<br>    |

### ●芝久保小の食育について●

「食育」とは、「生きる上での基本であり、知育・徳育・体育の基礎となるもの」と定義されています。現代は、食べものがあふれている時代です。その中で、子どもたちには、自分の健康を考え、食べ物を選ぶことができる子になってほしいと願っています。そのために、学校給食が「食」への関心をもつきっかけとなればと考えています。毎日の給食は、子どもたちの楽しみとなるような献立を心がけつつ、日頃とりにくい栄養素が摂取できるように工夫しています。

今年度からは、『すぐる』によるおたよりやホームページで、積極的に情報発信してまいります。給食に関してのご質問・相談等ございましたら、お気軽にご連絡ください。



給食は、**4月9日(水)**から始まります。1年生は、**4月17日(木)**からとなります。

《持ちもの》 巾着等に入れひとまとめにして持たせてください。毎日、取り替えます。

- ・ランチョンマット…縦30cm×横40cm程度の大きさと、トレーの下に敷きます。
- ・口ふき用ハンカチ…手洗い用のハンカチとは別に、給食用としてご用意ください。

\*給食当番は、マスクが必要になります。ランドセルに5枚ほど入れておいてください。



# 給食の決まり☆食事のマナーを守りましょう

|                            |                                    |                                   |                           |
|----------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------|
| <p>給食の前に、机の上を片付けましょう。☆</p> | <p>手をきれいに洗いましょう。</p>               | <p>給食当番は☆身支度を整え、健康チェックをしましょう。</p> | <p>時間内に食べ終わるようにしましょう。</p> |
| <p>協力して準備をしましょう。</p>       | <p>全員の給食がそろったら、「いただきます」をしましょう。</p> | <p>姿勢よく、持てる食器は手に持って食べましょう。</p>    | <p>食器は大切に</p>             |



## 毎月、献立表を配布します。……………

給食では旬の食材を取り入れています。骨のある魚、皮付きの果物など、食べるのにひと手間かかるものもあります。食べ方がわからない場合もありますので、ご家庭でも食べ方を教えていただければと思います。また、給食で初めて食べる食品でアレルギー症状が出る場合があります。献立表を確認いただき、食べたことのない食品がある場合は、事前に試していただくと安心です。



## 給食着の洗濯・アイロンがけにご協力をお願いします。…



給食当番は1週間の交代制で給食の配膳や準備、後片付けを行います。給食当番の週末に給食着を持ち帰りますので、洗濯とアイロンがけをして持たせてください。他のお子さんも使用しますので、香りの強い洗剤や柔軟剤の使用はお控えください。また、ほつれた部分の補修や、ボタンつけ等ご協力いただくと、大変助かります。よろしくお願いします。



西東京市では、令和6年度から開始した学校給食費無償化を令和7年度も継続いたします。今年度の給食費完全無償化後の給食の1食当たりの単価は、小学校低学年 297 円、中学年 316 円、高学年 333 円、中学生 394 円となります。

市立小学校及び中学校においては、栄養価や質を維持し、「安心・安全でおいしい学校給食」を提供してまいります。詳細につきましては、西東京市ホームページをご確認ください。

## 牛乳残量削減の取り組みについて【お願い】



牛乳を1本全て飲むことが難しい児童は、家庭からコップを給食袋に入れて持参させてください。自分で飲める分を調整してコップに入れ、残りはおかわりできる児童に配布したいと思います。

- ・コップは各自で管理し、ビニール袋に入れて持ち帰ります。
- ・アレルギー対応の観点から、廊下の手洗い場ではゆすぐことができません。

## 献立表のクイズのこたえ

### こたえ

Q1=① [ ②はくき、③は花の部分 ] Q2=② [ ①はグリーンピース、③は枝豆 ]  
Q3=① Q4=③ [ ①はコンブ、②はヒジキ ] Q5=② [ ①は「鰻」、③は「鰻」と書く ]

