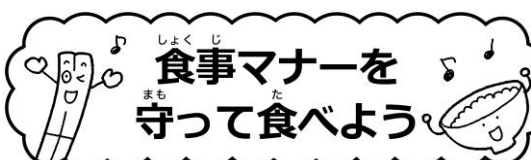


2月4日は「立春」で暦の上では春を迎えますが、一年の中で最も寒い時期にさしかかりました。新型コロナウイルスだけでなく、風邪やインフルエンザにも負けないように、外出後や食事の前には必ず手洗い・うがいを行い、栄養と睡眠をしっかりとるようにしましょう。また、早起き・早寝を心がけ、温かい朝ごはんをしっかりと食べて、体を温めてから家を出られるようにしましょう。



食事マナーを
守って食べよう。

しよくじ

食事マナーは、相手への思いやりの気持ちがあらわれたものです。食事の場が楽しい雰囲気になるように、みんなで工夫しましょう。



マナー違反に注意！

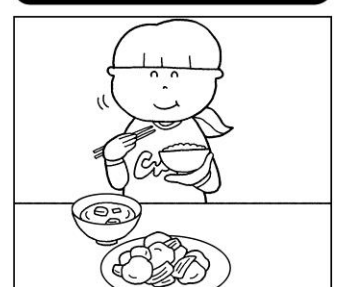
きらいばし

一緒に食事をする人に、不快な思いをさせてしまうはしづかいを「きらいばし」といいます。気をつけましょう。



どのように見える？ マナーのよい食べ方・悪い食べ方

マナーのよい食べ方



マナーの悪い食べ方



マナーのよい食べ方と悪い食べ方を見くらべると、どのような印象を受けるでしょうか。犬食いや、ひじをつくなどの食べ方は、周りにいやな思いをさせてしまいます。食事マナーは、相手への思いやりの気持ちがあらわれたものです。マナーを守って食べましょう。

さし

刺しばし



よせ

寄せばし



まよ

迷いばし



ねぶ

ねぶりばし



なみだ

涙ばし



も

持ちばし



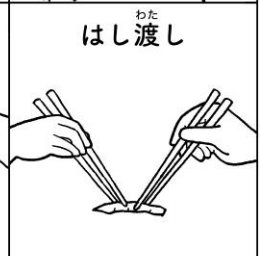
さぐ

探りばし



わた

はし渡し



いえ じっせん

家でも実践しよう

しよくじ

食事のマナー

家で食事をする時もマナーを守って楽しく食べましょう。



茶わんや汁わんは持って食べる



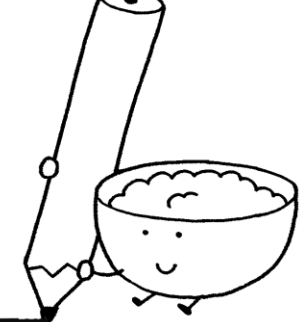
食べている途中で話さない



立ち歩かないで座って食べる



ふさわしくない会話はしない



★後期給食委員会 献立作成！★

後期給食委員会の活動で考えた献立が、2月・3月の給食に登場します。クラスごとの6つのグループでそれぞれテーマを決め、それに合う献立になるように、食材や味付けを工夫しました。当日に向けて、お手紙や放送の原稿も、給食委員会で作っています。思いのつまった給食をお楽しみに！

【各グループのテーマ】

《2月》

★ 8日(火)：6年3組「冬の寒さに負けないメニュー」

★ 9日(水)：5年2組「中華料理」

★ 15日(火)：6年2組「和食」

★ 18日(金)：5年1組「北海道」

★ 21日(月)：5年3組「冬の野菜あったかメニュー」

《3月》

★ 2日(金)：6年1組「温まる給食」

★めぐみちゃんメニュー★

産業振興課では、地産地消を推進する「めぐみちゃんメニュー事業」の一環で、今年の夏に市内産農産物を使用したメニューを募集し、市内の飲食店で商品化して期間限定で販売しました。本校からは残念ながら選ばれませんでした。応募メニューの中から「西東京ホウレンたらこもりもりパスタ」を2月24日の献立に取り入れました。このメニューは、5年3組のさんが応募してくれました。「都築農園」さんからおいしい「ほうれん草」を届けていただいて作ります。お楽しみに！

☆ さんのコメント ☆

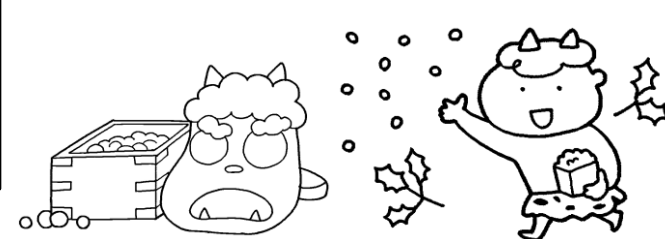
野菜が苦手な友達に栄養たっぷりのほうれん草を食べてもらいたい。人気のたらこパスタに混ぜれば、みんなもおいしく食べられるはず！



めぐみちゃん

＊2月の給食費引き落としは18日(金)再引き落としは28日(月)です。

今年度最後の引き落としです。未納とならないように、各ご家庭の引き落とし口座の残額の確認をお願いします。オンライン授業に伴う給食停止の関係で、今月のみ引き落とし日を変更させていただきます。ご了承ください。



	食品名	産地名	食品名	産地名	食品名	産地名	食品名	産地名
1月の主な食材料の産地	米	新潟県	大根	西東京市	にら	茨城県	ピーマン	高知県
	豚肉	群馬県	キャベツ	西東京市	ほうれん草	西東京市・群馬県	赤ピーマン・黄色ピーマン	山形県
	鶏肉	岩手県	ごぼう	青森県	小松菜	西東京市	れんこん	茨城県
	ししゃも	アイランド	長ねぎ	栃木県・千葉県	白菜	西東京市	里芋	埼玉県・新潟県
	さけ	チリ	しょうが	高知県	かぶ	石川県	チンゲン菜	千葉県
	玉ねぎ	北海道	にんにく	青森県	セロリ	愛知県	さやいんげん	沖縄県
	にんじん	千葉県	きゅうり	高知県	ゆず	高知県	まいたけ	新潟県
	じゃがいも	北海道	もやし	栃木県	ブロッコリー	西東京市	デコポン	熊本県