



食べ物の「もったいない」を減らそう！

10月は「食品ロス削減月間」です。

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。
身近なところから「もったいない」を減らしていきましょう。



給食時間にできること



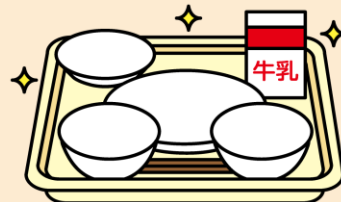
1 協力して準備をし、
食べる時間を確保
する



2 自分が食べ切れる
量に調整する



3 食べ残しのないように、
きれいに食べる



10月10日は 目の愛護デー



目を大切にするために、できることを
考えてみましょう。

◆ゲームやスマートフォンの画面を長い
時間見続けていないかな？

◆暗すぎる場所で本を読んでいるかな？

◆目を強くこすったりしてないかな？



給食エプロンの洗濯に関するお願い

目や皮膚の
健康を保つ

ビタミンA

ビタミンAは、皮膚や目の健康を保ち、のどや鼻などの粘膜を細菌から守る働きがあります。魚介類やレバーなどに多く含まれます。体内でビタミンAにかわるβ-カロテンは、緑黄色野菜に多くふくまれています。

ビタミンAやβ-カロテンを多く含む食品



給食エプロンの洗濯につきまして、日頃よりご協力いただきましてありがとうございます。
洗濯後のエプロン等の「香り」を苦手と感じる生徒もおりますので、ご家庭で洗濯する際の「香り」に対するご配慮をお願いします。