

きゅうしょくだより

令和6年4月号
昭島市立武蔵野小学校
栄養士 森谷 有紀

ご入学・ご進級 おめでとうございます

やわらかな春の日差しのもと、ピカピカの新入生を迎え、新年度が始まりました。学校給食は、栄養バランスのとれた食事で成長期の子どもたちの健康の保持・増進を図るとともに、「生きた教材」として、望ましい食習慣や食事のマナー、食に関する知識、感謝の心を育むことを目的として実施されています。

今年度も、安全・安心でおいしい給食を提供できるように努めてまいります。



給食にはたくさんの学びが詰まっています



給食当番活動を通して学ぶこと

給食当番は交代制で、給食の準備・配膳・後片付けなどを行います。当番活動を通して、衛生への配慮や配膳の仕方を身につけるだけでなく、自分自身で考えて行動すること、責任をもって役割を果たすこと、友達と協力して仕事をするなど学びます。



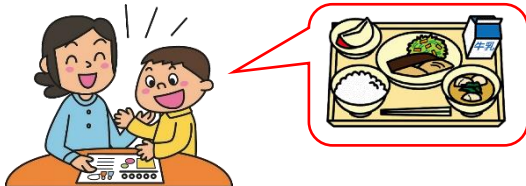
～ 食に関するお願い ～

学校給食と家庭での食育を連携することは、子どもたちの食への関心を高め、生きるための基礎となる力を身に付けることにつながります。ぜひご家庭でも、積極的に食に関しての関わりをお願いいたします。

献立表や給食だよりに目を通して ください

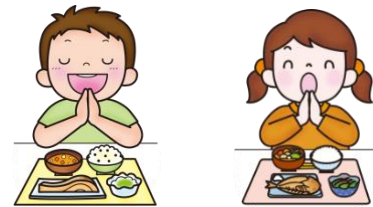
献立表は冷蔵庫など目にとまりやすい場所に貼り、その日の献立や食べたときの様子について、ぜひ、ご家庭で話題にしてください。お昼の給食で食べたものと似かよらない夕飯にすると1日にとる栄養のバランスがよくなります。

※献立表、給食だよりは昭島市公式ホームページに
随時掲載しています。



食事のマナーを身につけましょう

食事前の手洗い、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつ、食べるときの姿勢、正しいはしの持ち方、食べ物を口に入れたまま話をしない、食べるときは歩き回らないなど、食事のマナーを教えてあげてください。



お手伝いをしましょう

学校給食では、給食当番の子どもたちが給食の準備をします。ご家庭でも買い物や食事の準備、後片付けなどを一緒にして、親子で触れ合う時間を作り、手伝いをする習慣をつけましょう。



給食当番の白衣・マスクについて

白衣は、その週の当番の児童が週末に持ち帰りますので、洗濯とアイロンがけをお願いします。また配膳時にはマスクを着用してください。なお、香りの強い洗剤や柔軟剤の使用はお控えください。



給食室のスタッフ紹介

武蔵野小学校の給食は、校内に給食室があり、栄養士1名と調理員5名で作っています。子供たちに喜んでもらえるように、心を込めて安全でおいしい給食を届けます。給食室一同、力を合わせて頑張りますので、1年間どうぞよろしくをお願いします。

12日(金)から給食が始まります。武蔵野小学校のみなさん、楽しみにしててくださいね! ※1年生は15日(月)からです。

