



食育だより

三沢小学校

平成29年 12月 4日(月) No6

気温が低くなり、空気が乾燥する冬は、風邪やインフルエンザが流行し始めます。免疫力を高めるビタミンCや、のど、鼻の粘膜を保護するビタミンAを多く含む食品を取り入れて、風邪予防をしましょう。ビタミンCは、果物、野菜に多く含まれ、ビタミンAは、レバーや卵に多く含まれます。適度な運動をすることや、十分な睡眠をとって体を休めることも大切ですね。

給食感謝の会



11月30日(木)に、健康委員会が中心となって給食感謝の会が行われました。給食の配膳でお世話になっている校務員の設楽さんと、給食の献立を考えて下さる栄養教諭の高野先生をお招きし、健康委員が感謝の手紙と手作りの花束をお渡ししました。



校長先生からは「いただきます」の意味を教えてくださいました。



「11月1日～30日は
ふるさと学校給食月間です」



総司会の
希美さん↑



「とも
あそびにいきましょ」



栄養を考えて、給食の献立を考えて下さり、ありがとうございます



高野先生による食に関する〇×クイズ



健康委員会のメンバー



「終わりのことば」
英司さん↑

