



# 4月食育だより

令和7年4月  
皆野町学校給食センター



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えます。1年間、よろしくお願い致します。

4月は、新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て、朝食をしっかりと食べてから登校することが大切です。



## 学校給食は「食」を学ぶ時間です!



学校給食は単なる食事の時間ではなく、「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を提供することで、成長期にある子どもたちの健全な発達を支えることはもちろん、健康によい食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。

## 給食時間の過ごし方



全員が安心して、楽しく給食を食べられるよう、一人一人が安全や衛生に気をつけることが大切です。

また、給食は決められた時間内に食べ終えなくてはなりませんので、食べるための時間をしっかり確保できるように、協力して準備を行いましょう。

<p><b>1</b> 手をぬらし、せっけんをつけて泡立てる。</p>	<p><b>2</b> 手のひら・手の甲・指先・指の間・手首をこするように洗う。</p>	<p><b>3</b> 泡と汚れをしっかりと洗い流す。</p>	<p><b>4</b> 清潔なハンカチやタオルで水分をふく。</p>

## 給食を食べるときは、以下のことに気をつけましょう。

<p>よい姿勢で食べる。</p>	<p>食べやすい大きさにして、よくかんで食べる。</p>	<p>食事にふさわしい話をする。</p>	<p>食器は大切に使う。</p>
------------------	------------------------------	----------------------	------------------



給食では地場産物や旬の食材を取り入れています。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、ご家庭で事前に試していただくと安心です。

