



ご入学・ご進級おめでとうございます

新しい学校、新しい学年。子どもたちは期待と不安を胸に抱いていることでしょう。そんな子どもたちを応援し、心と体の健やかな成長を支えていくために、本年度も「栄養バランスよく、安全安心でおいしい給食」を給食室職員一同力を合わせて届けていきたいと思ひます。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

「人を良くする」と書いて「食」

よく「人を良くすると書いて『食』」といわれます。「食」という漢字の成り立ちとは少し異なるようですが、食の大切さをとてもよく言い表していると思ひます。学校給食は、現在、子どもたちが食事を通してさまざまな事柄を学び、望ましい食習慣や社会性などを身に付けていく教育活動の1つになっています。学校では学校給食法に基づき、以下、7つの目標を達成できるような給食づくりや、給食を通した食に関する指導を行っていきます。

健康な体をつくる



よい食べ方を学ぶ



人と関わる



食べ物に感謝する



働くことを尊ぶ



食文化を未来に伝える



社会のしくみを学ぶ



毎月の献立表を
ご確認ください。

毎月配付している献立表には、献立名や使用している食材などが書かれています。食べたことがない食材があった時は、ぜひご家庭で一度食べてみてください。家族と一緒に確認して、話題にしてみませんか。



早寝・早起き・朝ごはん～よい習慣を身に付けよう～



朝、おなかがすいた状態で気持ちよく起きることができます。



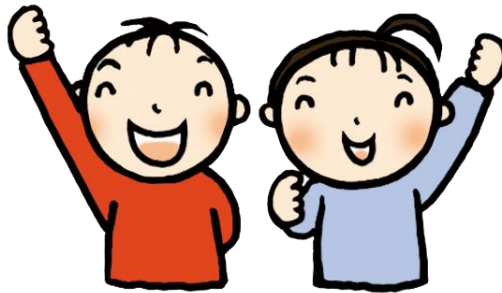
「おはようございます」。おいしく朝ごはんをいただきます。



朝ごはんをしっかり食べると、脳を目覚めさせ体が活動を開始します。



次の日も朝ごはんをしっかり食べるために、夜ふかしや寝る前の間食をつつしむことができます。



**早寝・早起き・朝ごはん
ハッピー・ヘルシーサイクル!**



やる気が出てきて、元気に登校できます。



時間を決めて食べることが身に付きます。おやつも食べる時間と量を考えてとるようになります。



お昼の給食まで集中力と体力が途切れずしっかり勉強することができます。

年齢が上がるにつれて

食べられるようになる!?

幼いころは苦手でも、成長して食べられるようになるということはよく見られます。これは日常的に味やにおいなどを経験し、くりかえし食べることで食べ慣れていくためだそうです。



「食べられない」 こともある



好ききらいで「食べない」のではなく、人によっては「食べられない」「食べてはいけない」ものがあります。それは食物アレルギーや信仰している宗教上の理由などによります。これらは好ききらいとは違うので、覚えておいてください。

