



ご進級・ご入学おめでとうございます

いよいよ ^{あた}新 ^{がっこうせい}しい学校生活が始まりました。

学校給食は、^{がっこうきゅうしょく}栄養の^{えいよう}バランスのとれた^{しょくじ}食事を^{いっしょ}みんなと一緒に^{けんこう}健康を増進^{ぞうしん}し、^{たいりょく}体力の^{こうじょう}向上をはかろうとするものです。^{きゅうしょくじゅんぴ}給食準備のこと、^た食べる^{まも}ときに守りたいこと、^{あとかたづ}後片付けのことを^{はな}みんなで^あ話し合^{くふう}い、工夫していきましょう。



みじたくはだいじょうぶかな？

- ① ^{じぶん}自分の^{けんこうじょうたい}健康状態を^{かくにん}確認して、^{ちょうし}調子が^{わる}悪いときには、^{とうばん}当番を^か代わってもらいましょう。
- ② ^{せっ}石けんをよく^{あわだ}泡立てて^て手を^{あら}洗い、^{せいけつ}清潔な^{ハンカチ}ハンカチで^ふふきましょう。
- ③ ^{せいけつ}清潔な^{はくい}白衣や^{ぼうし}帽子で^{みじたく}身支度を^{ととのえ}ととのえましょう。



【マスク】

きちんと、くちとはなを
おおってね。



【てあらう】

てはきれいにせっけんであらって
ね。つめはみじかくきってね。

【ぼうし】

かみのけがでないよう
にね。(かみのけがなが
いひとは、ゴムでしばっ
てぼうしにいれてね。)

【はくい】

はくいはせいけつなも
のをきてね。

保護者の皆様へのお願い

白衣のほつれなど、気になる箇所がありましたら直していただけるとありがたいですが、
難しい場合には、担任までご連絡いただけると助かります。

きちんと朝ごはんをたべましょう！



朝は、1日の出発点です。

朝、起きたばかりの私たちの脳や体は、エネルギー不足で電池が切れているような状態です。

私たちの体は食べ物を食べることによって、エネルギーを補給しています。

朝ごはんを食べると、眠っていた頭や体の筋肉も自覚め活動が始めるのです。

朝ごはんを食べないと、必要な栄養を十分とることができなくなります。また、1日に3回食事をしないと脳はしっかり機能しません。

そのためにも、朝ごはんをしっかり食べましょう!!

あさごはんをたべることで

- 脳をめざめさせる食べ物・・・ごはん パン めん類など炭水化物
- からだを温める食べ物・・・・牛乳 納豆 魚 肉 卵などたんぱく質
- 体内（腸など）の働きを活発にしてくれる食べ物・・・バナナ リンゴなど果物や野菜

給食室のスタッフ紹介

給食室では、“シダックス大新東ヒューマンサービス株式会社”の調理員さん5名で、給食を作っています。みなさんが「ごちそうさま・おいしかった」と言って、空っぽの食缶を返してくれることが一番うれしいです。心をこめて作った給食です。

好き嫌いしないで、残さずにたくさん食べてくださいね。

保護者の皆様へ

保護者の皆様には、日頃より本校学校給食へのご理解・ご協力をいただき、感謝申し上げます。本年度もよろしくお願いいたします。

さて、近年学校給食において食物アレルギーをもつ児童への個別対応が必要となってきております。本校は年に1回アレルギー調査を実施しておりますが、成長段階でアレルギーを発症する場合があります。もしそのような症状が発症した場合には、必ず学校に連絡をいただき、ご家庭での様子などを伺った上で、対応については面談をさせていただきたいと思っております。

また、長期欠席者についてですが、保護者から給食の停止の申出（口頭、文書など）があった場合は、学校給食を停止し、受理日2日後から給食費を減額するとともに、既に納入されている給食費がある場合は日割りに算定し、保護者に返金することとなっておりますので、学校まで連絡いただければと思います。

（長期欠席者：病欠、不登校、長期旅行等により、休業日を除き引き続き7日間出席しない者）

今後とも学校給食にご理解・ご協力を賜りますよう、よろしくお願いいたします。

学校や児童の様子は、こちらからも見るができます → 国本中央小学校ホームページ

<http://www.ueis.ed.jp/school/kunimoto-c/>

QRコードの画像

