



令和6年11月
雀宮中央小学校
6年度 No.9

かそくて
よんでね

あき ふか 秋も深まり、あさゆう ひ 朝夕冷えこむ日が多くなりましたね。かぜ 風邪などの病気がはやってきます。からだ 体の調子を整えてくれる野菜が不足しないよう食事に気をつけて、びょうき 病気に負けない体をつくりましょう。11月は秋の实りが出そろう月です。しぜん めぐみ おお 自然の恵みと多くの方の働きに感謝していただきましょう。

こころをこめて、食事のあいさつ

11/1 までの1週間は、しゅうかん 食事マナー週間でした。しよくし 食事の前や後には、しせい ただ 姿勢を正して、しっかりとあいさつができましたか？これからも、こころ 心をこめてあいさつを言い、よく味わいながら食べましょう。

いただきます

わだし 私たちが食べるものは、もとをたどれば、すべて生きていたものです。そうした動物や植物の命をいただく(食べる)ことで、私たちは今、生きています。

しぜん めぐみ や、わだし 私たちの命をつないでくれる大切な食べ物に感謝する気持ちを表すのが、「いただきます」というあいさつです。



ごちそうさまでした

むかし 昔、きやく お客さまをおもてなしする時、とき いえ 家の人はいろいろなところを歩き回って材料を探し求め、ときには命がけで食べ物をとらなければならぬこともありました。

そのご苦労に「ありがとう」の気持ちを伝えることから始まったあいさつです。つくってくれた人、食事ができることへの感謝の気持ちを表しています。



じもとしょくざい 地元食材たっぷり！ちゅんちゅんランチ（7日）

すずめのみや 雀宮の食材を中心に考えた、すずめのみや ち いきがっこうえん 雀宮地域学校園オリジナルの献立です！お米・さつまいも・にら・だいこん 大根・ほうれん草・ごぼう・ながねぎ 長ねぎ・かんぴょうを、はぎゅうだ あおぞらいち すずめのみやせいかつがいぜん 羽牛田青空市や雀宮生活改善クラブの農家の皆さんに納めていただきます。しんせん 新鮮な食材でおいしい給食作りにがんばりますので、どうぞお楽しみに！



11月20日

おにぎりの日



11月20日は“おにぎりの日”です。自分でおにぎりを作って持参しましょう！

給食のご飯の量は、1・2年生140g、3・4年生160g、5・6年生200gが目安になっています。おにぎりを作る時のご飯量の参考にしてください。

★おうちの方へ★

おにぎり作りの相談や、実施後の振り返りの「おうちの人からのひとこと」など、お忙しい中かとは思いますが、よろしくお願いいたします。親子で食について共に考え、子供たちの食への関心を高め、生きる力を育ていけますよう、ご協力をよろしくお願いいたします。