

# きゅうしょくだより



令和8年4月号  
江戸川区立一之江小学校

えどがわくがっこうきゅうしょく  
江戸川区学校給食  
しよくいく  
食育キャラクターです



ペロン

## ご入学・ご進級おめでとうございます

げんき いっぱいの 新一年生を迎え、新年度が始まりました。学校給食は子供たちが栄養バランスのとれた食事をクラスの先生やお友達と一緒に食べます。そのふれあいの中で心を豊かにし、体の健康を育てていきます。さらに給食を「生きた教材」として、食事の大切さ、心身の健康、食品を選ぶ力、感謝の心、社会性、そして食文化などを学ぶ食育が進められます。

## 今年度もよろしくお願ひします

今年度も楽しく、安全でおいしい給食を目指してまいりますので、ご理解とご協力を願ひします。食物アレルギー対応などお子様の食についてのご相談や給食に関するご意見などは、ご遠慮なく栄養士までお寄せください。

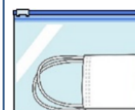
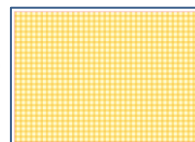
えいようし ふくいしほ  
栄養士：福井志歩

きゅうしょくちようり やまろくきゅうしょくかぶしがいしや  
給食調理：山六給食株式会社



きゅうしょく ももの  
給食の持ち物：

テーブルクロス、給食用ハンカチ、マスク



給食は衛生面に気をつけて配膳します。給食当番はマスクをしましょう。

4月の給食目標

準備や片付けを上手にしよう



## 給食から学べること

- 健康によい食事のとり方
- 地域の産業
- 伝統行事や行事食
- 環境への配慮
- 日本や世界の食文化
- 感謝の心 など





# 給食当番の決まりを守ろう



<p>トイレは身じたくを 整える前に済ませる。</p>	<p>爪は短く切っておく。</p>	<p>手はせっけんで きれいに洗い、 清潔なハンカチや タオルでふく。</p>	<p>体調が悪い人、 手や指にけがをして いる人は、先生に 相談する。</p>
<p>清潔な給食着を 身につける。</p> <p>★給食着を床に置いて着替 えたり畳んだりしない。</p>	<p>髪の毛は帽子や三角巾に しっかりしまおう。</p> <p>★髪が長い人は結んでおく。</p>	<p>マスクで鼻と口を おおおう。</p>	
<p>重いもの、熱いものは 協力して運ぶ。</p>	<p>食缶や食器かごなど を床に置かない。</p>	<p>一人分の量を考えて 丁寧に盛り付ける。</p> <p>30人分なら… 10人分</p>	<p>汁物は底から混ぜて 具を均等に 盛り付ける。</p>

給食の献立は赤・黄・緑がそろっています！

成長期のみなさんが健康で元気に毎日  
をすごせるように、おいしくて栄養バラ  
ンスがよい献立をつくっています！

健康な体にバランスの良い  
食事はかせませません！

3 すべての人に  
健康と福祉を

きさく

あかべえ

みどすけ

食べ物は体の中での働きの違いから「赤・黄・緑」の3つのグループに分けることが  
出来ます。**赤**の仲間はおもに体を作る「肉、魚、卵、豆、海藻」、**黄色**の仲間はおもに体の  
エネルギーになる「ご飯、パン、麺、いも、砂糖、油」、**緑**の仲間はおもに体の調子を整える  
「野菜、果物、きのこ」です。3つの栄養をバランスよく摂ることで、健康なからだを作ること  
ができます。苦手な食べ物がある人は、少しずつチャレンジしてみましよう。