

4月 食育だより

令和 7年 4月 4日
足立区立入谷中学校
校長 幸家 孝
栄養士 井上 奈奈

ご入学、ご進級おめでとうございます。

新年度が始まりました。食を通じて、子どもたちが元気に毎日をすごしていけるように努めていきます。よろしくお願いいたします。



～4月の給食目標～ 和食の配膳について知ろう

和食の配膳について

和食は、「一汁二菜（いちじゅうにさい）」の料理の組み合わせが基本です。



正しく配膳して、おいしくいただきます。

給食当番は身支度も大切な仕事です！

- ★爪は短く切りましょう
- ★石けんでしっかり手洗いをしましょう
- ★マスクをきちんとつけましょう
- ★帽子は髪の毛が出ないようにかぶりましょう



給食当番なのに体調が悪いときは どうする…？

下痢や発熱、腹痛、嘔吐などの症状があり体調が優れないときは、無理をせずに先生に相談し、ほかの人に給食当番を変わってもらいましょう！

★保護者の皆様へお願い★
お子さんが白衣などを持ち帰った際には洗濯、アイロンをお願いします。

給食時間の過ごし方

食事のマナーは相手への思いやりの気持ちがあらわれたものです。食事の時間が楽しい雰囲気になるようにみんなで工夫しましょう。

また、感染症対策として手洗いがとても大切です。4限の授業が終わったら、手を洗いに行き、給食準備にとりかかるようにしましょう。

給食時間の約束

<p>しっかり手を洗おう</p>	<p>茶わんや汁わんは手に持って食べよう</p>	<p>飛沫感染を予防するため、大声での会話は控えましょう</p>
<p>食べている途中で立ち歩かないようにしましょう</p>	<p>好き嫌いせずになんでも一口食べてみよう</p>	<p>よくかんで食べよう</p>

日本には食事の前後のあいさつがあります。「いただきます」にも「ごちそうさま」にも食べ物の命や食事を用意するためにかかわった人たちへの感謝の気持ちが込められています。



栄養士から

1年生の皆さんはじめまして!!ご入学おめでとうございます。入谷中学校へようこそ。
2、3年生の皆さん、ご進級おめでとうございます!!!
栄養士の井上 奈奈(いのうえ なな)です。
今年度も、CTM サプライの5人の調理員さんと、栄養士6人で力を合わせて、「安心・安全・おいしい給食づくり」に努めてまいります。
皆様とお話するのが今から楽しみです。給食の感想などたくさん教えてくださいね。
白衣を着て、校舎内を歩いています!!

