



ご入学、ご進級おめでとうございます。

うらかな春の光とともに新学年がはじまりました。今年度も安全で栄養バランスのとれたおいしい給食を作ろうと給食室一同はりきっています。よろしくお願いします。

## きゅうしょくのきまりをまもろう

～マナーを知って楽しく食べよう～

### -給食のじゅんびを手ばやくしよう-

食べる時間をしっかりとるためです。当番でない人も、手あらいをしてから速やかに列にならび、給食のもりつけが早く終わるよう、協力しましょう。



### -食事の前と後のあいさつをしっかりとしよう-

クラス全員が座ってから、みんなでそろって「いただきます」をしましょう。手を合わせるときはパチンと音を立てないよう、そっと手をあわせましょう。



### -良いしせいで給食を食べよう-

背中を丸めたり、机にひじをついたりして食べると、しっかりとかんで食べる事ができません。良いしせいで食べる事は健康のためにも大切なことです。

#### 良いしせいのポイント

- ・体とつくえの間はこぶし一つ分あけます
- ・せなかはまっすぐですか？
- ・両足はそろえて床につけます



### -早ぐいをしないで一口ずつゆっくり食べましょう-

口いっぱい食べものをつまこまず、ひと口ずつ食べましょう。三角食べをすることで、早ぐいをふせぐことができます

### -給食時間はおちついたふんいきで、すごそう-

給食時間は楽しく、おちついたふんいきで、心なごやかにすごしましょう。口に食べものを入れたままお話ししたり、さわいだりしません。また、食事中は用もなく立ち歩かないようにしましょう。クラスのみなさんが、食べる事に集中できるよう、おたがいに気づかえるといいですね。



#### おうちの方へ ご協力お願いいたします

給食当番を終えた週末に、給食白衣を持ち帰ります。お手数をおかけしますが、洗濯して翌週、学校へ持たせてください。その際にほつれ等を直していただけると、大変助かります。よろしくお願いいたします。

今月の誌面では、給食のきまりや、マナーについて載せました。気持ちよく楽しく食べるための決まりであると同時に、誤嚥や窒息事故を防ぐためでもあります。特に低学年のお子さんには、ご家庭での食事でも声をかけていただいて、安全に食べる事ができるよう、お願いいたします。

