



給食だより

令和2年 4月

宝立小中学校

1～6年生用

さくらの花もさき、うらかな春がやってきました。入学・進級おめでとうございます。新型コロナウイルスの影響で全員そろっての給食はできませんが、スタッフ一同おいしく安全な給食を提供していきます。今年度もよろしくお願ひします！



きゅうしよく 給食のきまりをまもろう

みんなが給食の時間を楽しく過ごせるように、給食の「あいどる」も大切にしましょう！

あ

あいさつ
あさごはん

「いただきます」と「ごちそうさまでした」。こころをこめて、しっかりといひましょう。4月のもくひょうは、あいさつをしっかりとすることです。

い

いのち

たべることは、たいせつな「いのち」をもらうことです。
いのちをむだにしないよう、おこめ1つぶでも残さないでたべましょう。

ど

どりよく

にがてなものも1くちたべる努力をしましょう。
マナーをまもる、などじぶんで決めた目標をがんばるのもいいですね。

る

ルール

ルールやマナーは、みんなが楽しくすごすためにあります。
「給食のきまり」にのっていることに気をつけましょう。



* ハンカチもわすれずに もってこよう！ *



かみのけは
ぼうしの中に

つめは みじかく
手をあらう

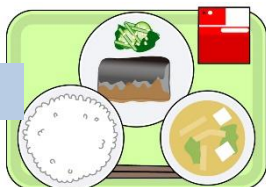
マスクはハナまで
いれる

ボタンをとめる



これができればこわくない！給食当番チェック

正しくおけるかな？



小さい学年は少なめに、大きい学年は多めに。学年にあった量にしよう。
おつゆは、具とするのバランスが同じになるようにもれたらスバラシイ★

当番のときに、何回でもチャレンジしよう！チャレンジが多いほど、はやくできるようになるよ。



給食だより

令和2年 4月

宝立小中学校

7～9年生用

桜の花も咲き、うらかな春がやってきました。進級おめでとうございます。心も体も元気に大きく成長できるように、好き嫌いせずに食べ、規則正しい生活を心がけましょう。給食スタッフ一同安全でおいしい給食を作っていきます。今年度もよろしくお願いいたします。

今月の給食目標 給食のきまりを守ろう

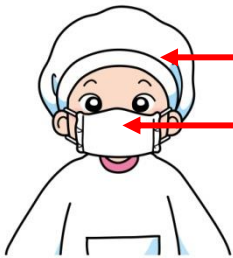
めざせ！！ 白衣の
ファッションリーダー

身支度の手順・ポイントについて、checkしましょう！

キーワードは『清潔』

◆準備

白衣、帽子、マスクをつけて、盛り付けを始めます。



- 髪の毛は出ていませんか？
- マスクから鼻が出ていませんか？
- しっかり石けんで手洗い&ハンカチでふいていますか？
- つめは短く切っていますか？

ぼうし入れの管理もお願いします！

米元の場所に返しましょう米

★さわやかチェックは無くなくても、つめやハンカチをセルフチェック。いい習慣は続けましょう★

◆片付け

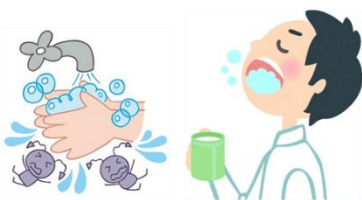
(月～木) 当番が終わったら、白衣をハンガーにかけ、帽子は白衣のポケットに入れます。

白衣はハンガーに番号がついています。個別になっているので、1週間同じものを使いましょう。

(金・週末) 帽子・白衣は別々に回収→洗濯します

病気に負けない体を作ろう！

家に帰ったら
手洗い・うがいをしよう



ウイルスが細胞内に入り込んでしまうと感染するので、予防の基本として、うがい・手洗いを毎日の習慣にしましょう。

好き嫌いせずに
食べよう



体の抵抗力を高めるには食事が重要です。好き嫌いせずにバランスの良い食事を心がけましょう。

しっかり睡眠をとろう



睡眠不足で体力が落ちている時に病気になるやすくなるので、日付が変わる前に寝るようにしましょう。