



給食だより



輪島市学校給食河井共同調理場

令和3年11月

文責 河井小 徳田

12月に入ると、寒さが身にしみる季節になります。今年も残すところあと1か月です。体調をくずさないように規則正しい生活習慣と栄養バランスのよい食事を

心がけて、楽しい冬休みを迎えられるようにしましょう。

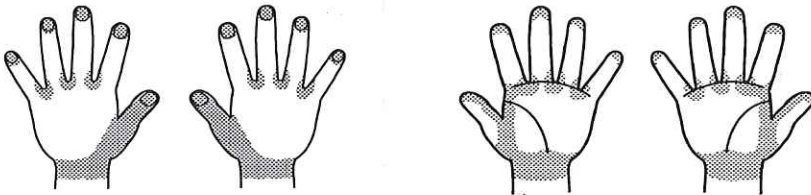
かぜ・インフルエンザなどの感染症の予防に 手洗いをきちんとしていますか？

わたしたちは、普段いろいろなものに触っています。そして、その手で何気なく自分の顔などに触れています。そのようにして、手についたウイルスが気づかない間に鼻や口の粘膜から体内に入り込み、かぜなどに感染します。これを接触感染といいます。また、寒さが厳しくなると手洗いもおろそかになりがちです。

かぜやインフルエンザの予防のためにも、外から帰った後、食事の前、トイレの後などに、きちんと手洗いをしましょう。洗った後には、清潔なハンカチやタオルでふきとります。

洗い残しやすい場所

ポイントを知って
しっかり手洗いしましょう



12月は冬至です



冬至は1年中で昼間がもっとも短く、夜がもっとも長い日です。冬至に向かって日が短くなり、冬至をすぎると日は長くなっていくので、「太陽がよみがえる日」とも考えられています。冬至には、かぼちゃや小豆がゆなどを食べたり、ゆず湯に入ったりする習慣があります。

ざんしょくちょうさ

残食調査結果発表 11月15日から20日の1週間

- 優勝: 4年空組 残食0gです。おめでとうございます◎◎
残食0gをさらに増やしてくれるとうれしいです。
- 2位: 2年空組 1760g 毎日残食が少なかったです。
- 3位: 2年海組、3年海組 2390g 毎日残食が少なかったです。

欠席者が多いクラスもありましたが、日を追うごとに残食が目に見えて少なくなるクラスもありました。3年空組さんは金曜日には残食がなくなりました。多くの児童が苦手な食材にむきあってくれたと感じました。体を成長させるために食べましょう。

かぼちゃとシンデレラ



各クラス別で給食委員会の児童が
昼休みにはかりました。ありがとうございました。

