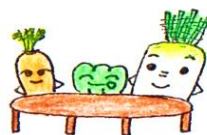


4月 給食だより

一緒に食べよう!



清瀬市立清瀬小学校
令和6年4月9日
校長 栄養士

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。栄養士は今年度着任しました。給食調理は今年度も、株式会社藤江の皆様
をお願いしております。

登校初日の子供たちは、新しい学年・新しいクラス・新しい友達や先生に期待いっぱい、元気いっぱいな様子でした。そんな子供たちの健康を守り、楽しい給食の時間が過ごせるよう、給食室一同、力を合わせて安心・安全でおいしい給食作りに努めて参ります。よろしくお願いいたします。

「学校給食」は **生きた教材** です!



学校給食は、「学校給食法」に基づき実施されるもので、栄養バランスのとれた食事を提供することにより、成長期にある子どもたちの健康の保持・増進を図るとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けさせること等を目的としています。単なる食事ではなく、「教育の一環」として位置付けられています。



給食の決まり☆食事のマナーを守りましょう

<p>配膳台をきれいにふく。</p>	<p>手をきれいに洗う。</p>	<p>給食当番は身支度を整える</p>
<p>協力して準備をする。</p>	<p>「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をする。</p>	<p>姿勢よく、持てる食器は手に持ってべる</p>
<p>食べ物は、食べやすい大きさにして、よくかんで食べる。</p>	<p>時間内に食べ終わるように食べる</p>	<p>食器は大切に扱う。</p>

食べものの数えかた **線で結ぼう!** クイズ

下の絵にある食べものの数えかたとして、正しいものを線で結びましょう。

レベル1



いちご

●
1品



バナナ

●
1本



料理

●
1枚



魚の切り身

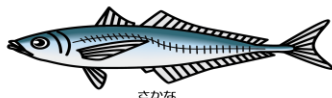
●
1粒

レベル2



ぶどう

●
1丁



魚

●
1房



とうふ

●
1尾



うどん

●
1玉

レベル3



キャベツ

●
1貫



カニ

●
1杯



ほうれん草

●
1玉



すし

●
1把

こたえ

レベル1 いちご…1粒 バナナ…1本 料理…1品(1品) 魚の切り身…1枚
 レベル2 ぶどう…1房 魚…1尾 とうふ…1丁 うどん…1玉
 レベル3 キャベツ…1玉 カニ…1杯 ほうれん草…1把(1束) すし…1貫



食物アレルギー

のおはなし



スギやヒノキの花粉が飛散するこの季節、「花粉症」の症状に悩まされている方も多いのではないのでしょうか？ 花粉症もアレルギーの一つですが、アレルギーとは、本来は病原菌などの異物から体を守る仕組みである「免疫」がある特定の異物に対して過剰に反応し、症状を引き起こすことです。その中で、食べ物が原因となるものを「食物アレルギー」と呼びます。花粉症の人の中には、生の果物や野菜を食べると、口の中や喉にかゆみやしびれなどが起こる

「口腔アレルギー症候群」(花粉-食物アレルギー症候群ともいう)を発症することがあります。

清瀬小学校では、食物アレルギーのある児童に対し、原因食物の除去を基本とする「アレルギー対応食」の提供や、「詳細献立表」の配布を行っています。

対応にあたっては、医師の診断による「学校生活管理指導表」の提出が必要となります。希望される場合は、学級担任までお問い合わせください。

近年、食物アレルギーの既往のない人が突然新規発症するケースが増えています。給食で初めて食べる食材がある場合は、体調の良いときに、まずはご家庭で食べることをおすすめしています。