

# 4月給食だより

令和7年度4月号  
清瀬市立清瀬第二中学校

ご入学・ご進級おめでとうございます。

暖かな春の陽気に包まれる中、元気いっぱいの新入生を迎え、新たな一年が始まります。楽しい気持ちや不安な気持ちなど、さまざまな気持ちが入り混じっていることと思います。環境が変わり体調を崩しやすい時期でもありますので、早寝・早起き・朝ごはんを心掛け、生活リズムを整えて毎日元気に学校に来てください！

心も体も大きく成長していく大切な時期です。家での食事、学校での給食も、もりもり食べて健康な体をつくっていきましょう！

## 学校給食は「食」を学ぶ時間です！

学校給食は単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健全な発達を支えることはもちろん、健康によい食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。



### 学校給食の目標のポイント

※「学校給食法」第二条より抜粋・要約

|                                                         |                                                      |                               |                                        |
|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------|----------------------------------------|
| <b>1</b> 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。<br>                        | <b>2</b> 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力や望ましい食習慣を養う。<br> | <b>3</b> 明るい社会性と協同の精神を養う。<br> |                                        |
| <b>4</b> 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。<br> | <b>5</b> 食生活が多くの人の労力に支えられていることを理解し、感謝する。<br>         | <b>6</b> 伝統的な食文化を理解する。<br>    | <b>7</b> 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。<br> |

## 給食時間の約束



- ① 食事の前に・・・衛生に気をつける
  - ・手を洗いましょう。
  - ・給食当番はエプロン、三角巾、マスクを必ず着用しましょう。
  - ・机には、ランチョンマットを敷きましょう。



- ② 配膳・・・集団活動をする
  - ・給食準備を速やかに行い、給食時間を有効に使いましょう。

- ③ 給食の盛り付け・・・献立表を参考にしましょう

一人分を考えて丁寧に盛り付けましょう。



★汁物は底からよくかき混ぜて、具と汁を均等に盛り付けます



★トングを使うときは、料理が崩れないように優しくはさんで盛り付けます

- ④ 給食・・・栄養バランスを考えた献立です
  - ・好き嫌いなく残さず食べましょう。
- ⑤ 後片付け・・・片付けまでが給食です
  - ・ごみの分別をしっかりと行いましょう。
  - ・食器、食缶をきちんと片づけましょう。



### 保護者の皆様へお願い

- ★給食時間に使用するランチョンマットは、毎日清潔なものをご用意ください。
  - ★給食当番を担当した生徒は、週末にエプロン・三角巾を持ち帰ります。
- ご家庭で洗濯・アイロンがけをお願いします。