

食育だより

令和4年 2月号 鳴水小
栄養助教諭 佐伯（筒井小）



暦のうえではもうすぐ春となりますが、まだ寒い日が続いています。新型コロナウイルス感染症だけでなく、風邪やインフルエンザに注意が必要な時期でもあります。うがい・手洗いを心がけ、十分な睡眠と栄養をとり、体調を崩さないよう、元気に過ごしましょう。

かぜ予防のポイント

- 1 手洗い・うがいをする
- 2 しっかり栄養をとる
- 3 十分な睡眠をとる
- 4 マスクをつける
- 5 人ごみ避ける
- 6 適度な運動をする

かぜをひかないように、日頃からかぜの予防を心がけましょう。

1月24日～28日は給食週間でした！

1月24日（月）から28日（金）まで給食週間の取り組みを行いました。給食時間に学校給食の歴史や給食に関する放送がありました。各学級では、感謝の手紙、給食をテーマにした掲示物を作成しました。

取り組みを通して、日々の食事や給食に関わっている方たちのことを考える一週間になったと思います。その姿が日常でも現れ、給食を返却するときには大きな声で「ごちそうさまでした！」と調理士さんに感謝の気持ちを伝える様子が以前より多く見られるようになりました。これからも毎日の食事を大切にして、元気に過ごしてほしいと願います。

給食週間の取り組みです



1年生から6年生の各学級の取り組みでは、給食に関する掲示物を作成しました！

