



4月

給食たより

さいたま市立つばさ小学校
令和7年度4月号



子どもたちへの食育は、生涯にわたって健やかに生きるための基礎を培うことを目標としています。食育の中心はご家庭ですが、学校全体でも積極的に取り組みしますので、ご協力のほどよろしくお願いします。



◆◆◆◆◆ 学校給食の目標 ◆◆◆◆◆

- ①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- ②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、望ましい食習慣を養うこと。
- ③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- ④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- ⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め勤労を重んずる態度を養うこと。
- ⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
- ⑦食料の生産、流通及び消費について、正しく理解すること。



朝ごはん、食べていますか？

朝ごはんを食べないと、

- ・発達・成長期の子どもたちが十分な栄養量を確保しにくくなります。
- ・体温が上昇せず、脳が十分に働きにくくなります。
- ・血糖値が下がり脳の摂取中枢が刺激され、「食べたい」というからだの要求と、現状では食べられないという落ち着きの悪い状態となります。



早起きは健康への第一歩、朝ごはんは1日の活力源

朝30分早く起きることから始めてみましょう。成長期の子どもたちにとって、3度の食事は欠かすことができません。バランスのよい朝食をおいしくきちんと食べるようにしましょう。

給食当番は身支度も大切な仕事です

- ★つめは短く切りましょう
- ★石けんでしっかり手洗いをしましょう
- ★マスクをきちんとつけましょう



- ★ぼうしは髪の毛が出ないようにかぶりましょう

お願い

お子さんが白衣などを持ち帰った際に洗濯をお願いします。



つばさ小の給食

◆自校給食（校内の給食室で調理）

◆栄養職員1名と

調理委託会社和三盆調理員13名で美味しい給食作りに励んでいます。

