

食育だより

熊谷市立大幡中学校

食育担当

第2号

約3か月半ぶりの給食が始まります。給食時間は、ただ食事をする時間ではありません。食事の勉強をする時間だということをおみなさんは知っていますか？ 給食は「生きた教材」といわれ、みなさんが大人になったとき、健康を考えた食事をするお手本になるように栄養士が考えて献立を立てています。給食時間は食べ物の栄養や食事のマナーについて学ぶ時間でもあります。好き嫌いせずしっかり食べて、おうちでの食生活にも生かしましょう。

しっかり手を洗おう



身じたくをととのえよう



給食の約束をまもろう

- ① 給食当番の仕事に協力しよう
- ② 姿勢をよくして食べよう
- ③ 時間を考えて食べよう
- ④ 後片付けをきちんとしよう

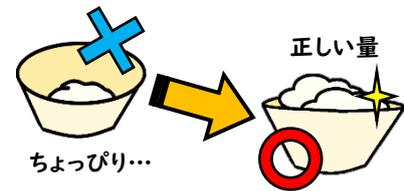
あいさつはしっかりしよう



好き嫌いせず食べよう



量は正しく分けよう



新型コロナウイルス感染症予防に手洗いは必須！

手洗いをした後にタオルかハンカチで手をふいていますか？ 皮膚や髪の毛には細菌などがついていて、その中には新型コロナウイルスがいる場合があります。手洗いの後に髪の毛や服を触ったら、手洗いの効果がありません。手洗いの後は清潔なタオルなどでふきましょう。



手をふくのはタオルかハンカチで！