

食育だより



2020年6月26日
横浜市立新石川小学校
校長 小嶋 千里
栄養士 松居 悦子

梅雨の季節特有の蒸し暑さを感じる毎日です。この時期は食欲が落ちてしまう児童が多く、体力の低下が心配です。元気に夏を迎えられるよう、ご家庭でも栄養バランスのよい食事作りを心掛けてください。

7月の献立

〇はじめて給食を経験する1年生が食べやすく親しみやすい献立を取り入れました。
(ツナそばろ・肉じゃが・魚フライ・ペンネミートソース)



〇7月の**本校独自の献立**は下記の通りです(下線が基準献立からの変更箇所です)。

7/8(水) 麦ごはん 牛乳 ししゃもフライ(青のり風味) みそ汁 ごま塩

ししゃもフライに青のりを追加し、風味良く仕上げます。ごはんが食べやすいように、ごま塩をつけます。

きゅうしょくがはじまります

子どもたちが安心して給食時間を過ごせるように、
当分の間、以下のような配慮をして給食指導をします。

もちもの

・配膳時間は、全員がマスク、帽子を着用します。机にしくナフキン、くちふきタオルもわすれずに持たせてください(配膳時もマスクを着用しますが、給食時間で新しいマスクと交換するとより清潔です)。



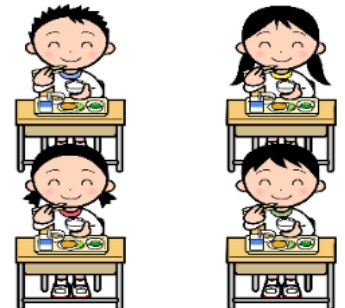
てあらい

・給食前後は必ず、石けんをつかたていねいな手洗いを徹底します。給食前は「手洗いタイム」を時程の中に設定します。自分の清潔なハンカチを使いましょう。



じぶんのものはじぶんで

・じぶんの給食は、じぶんで取り、食べ終わったらじぶんで片付けます。並ぶときは、お友だちとの間隔をあげるようにします。



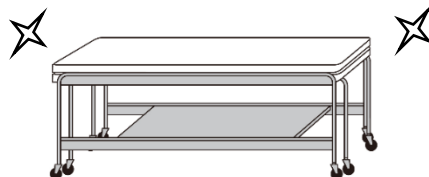
食事中

・感染予防のため、しばらくの間、グループにせず全員が前を向いてしずかに食べます。

・「いただきます」をしてからマスクを外し、食べ終わったらマスクを着用します。

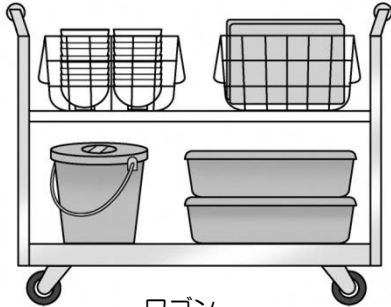
配膳台

配膳台は、職員が1日1回消毒します。

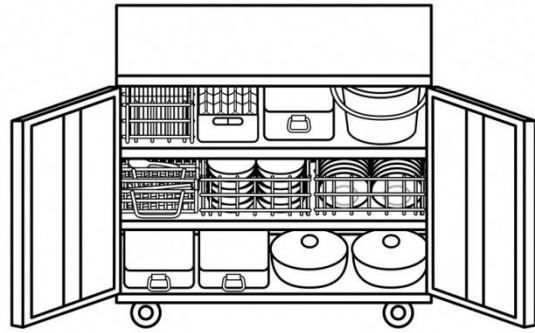


給食当番がんばるぞ

本校は、1・2年生はワゴン、3～6年生は扉付きのコンテナで、教室前まで運搬されます。



ワゴン



コンテナ

給食前に健康観察をして、体調不良時は当番を交代します。帽子や白衣の貸し借りはしません。

しばらくは通常より少人数で活動します。ごはんやおかずを配る担当を決め、器具を複数の人が使用しません。いちど配ったものは、食べる前でも戻さず、おかわりは教職員が配ります。



家庭でごはんや汁物をよそうといったお手伝いをしたことがある児童は、給食当番活動もスムーズにできているようです。ご家庭でも配膳のお手伝いを加えてみてください。



ふきんを、ぎゅっと
しぼれるようにしましょう。



使った白衣は、床に置かずにたたみます。ご家庭の衣類でも練習してみましよう。持ち帰った白衣は、家庭で洗濯、アイロンかけをお願いします。

