

# 給食たのびの日

令和4年5月17日  
長崎市立矢上小学校 給食部

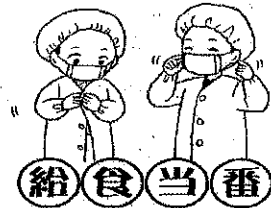
©少年写真新聞社2019

5月に入り運動会の練習も始まりました。1年生も元気いっぱい給食を食べています。初めての給食の献立は『牛乳・ビーフカレーライス・ハーブドレッシングサラダ』でした。牛乳を準備室から運ぶのは少し大変そうでしたが、頑張って運んでいました。後片づけもだんだん上手になってきています。子どもたちにとって学校給食が毎日の楽しみとなるように、安心安全な給食を提供できるようがんばります。1年間よろしく願います。

## 給食当番の白衣について(お願い)

子どもたちは順番で給食当番を行います。当番の最終日に給食の白衣を持ち帰りますので、洗濯とアイロンがけをお願いします。また、ボタンが取れかかっている場合やゴムがゆるんでいる場合などはお手数ですが補修をして頂けると助かります。

身支度をととのえよう



©少年写真新聞社2022

## ◎ 水筒を忘れずに!



©少年写真新聞社2022

最近では温度や湿度も上がり汗をかく機会も増えてきました。

子どもは大人の2倍の水分量が必要といわれています。子どもたちの水筒をみていると小さいサイズで、十分な水分補給が出来ていない子どももいるようです。

ジュースや濃い飲み物に慣れてしまうと、お茶などが苦手になり水筒のお茶の減り方も少なくなります。清涼飲料水には糖分が多く含まれ、飲み過ぎると虫歯や肥満の原因になりますので日頃から水やお茶を飲む習慣をつけましょう。

また、水分は一気に多量にとるのではなく、こまめに回数を分けてとるようにしましょう。

## ★お知らせとお願い★



5月29日(日)は運動会です。5月30日(月)は運動会振替休日、31日(火)は予備日となっています。30日(月)も31日(火)も給食はありません。運動会が31日に延期になった場合は、30日は通常授業となりますが、お弁当の準備をお願いします。予定通り運動会が29日に実施された場合も、31日は給食はありませんのでお間違えのないようお願いいたします。

