



4月給食だより

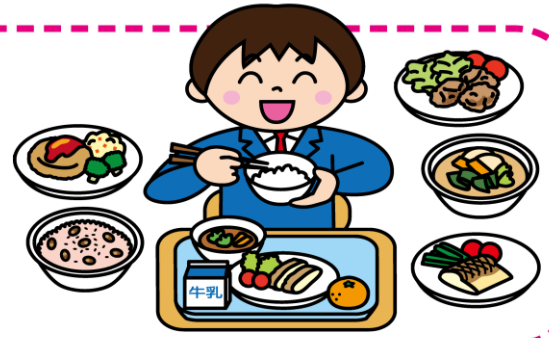
令和8年4月
コミュニティ・スクール
上尾市立上尾小学校

ご入学・ご進級おめでとうございます

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力のある給食づくりに努めていきたいと思ひます。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願ひいたします。

給食から学べること

- 健康によい食事のとり方
 - 地域の産業
 - 伝統行事や行事食
 - 環境への配慮
 - 日本や世界の食文化
 - 感謝の心
- など



給食当番の決まりを守ろう



みんなが給食を安心して食べられるよう、給食当番は決まりを守って、協力して準備や後片付けをしましょう。

<p>トイレは身じたくを 整える前に済ませる。</p>	<p>爪は短く切っておく。</p>	<p>手はせっけんできれいに 洗い、清潔なハンカチや タオルでふく。</p>	<p>体調が悪い人、手や指に けがをしている人は、 先生に相談する。</p>
<p>清潔な給食着を 身につける。</p> <p>★給食着を床に置いて 着替えたり畳んだりしない。</p>	<p>髪の毛は帽子や三角巾に しっかりしまおう。</p> <p>★髪が長い人は結んでおく。</p>	<p>マスクで鼻と口をおおう。</p>	
<p>重いもの、熱いものは 協力して運ぶ。</p>	<p>食缶や食器かごなど を床に置かない。</p>	<p>ひとりぶんの量を考え て丁寧に盛り付け 30人分なら… 10人分</p>	<p>汁物は底から混ぜて 具を均等に盛り付ける。</p>

がつきゅうしょくもくひょう)
【4月給食目標】

たの きゅうしょく ば っく
楽しい給食の場を作ろう

安全においしく給食を食べるための約束

給食は、安全においしく食べられるように考えて作られています。配膳するときや食べる時に一人一人が気をつけないと、事故につながる可能性があります。楽しい給食時間気をつけないと、事故につながる可能性があります。楽しい給食時間を過ごせるように、以下のことを守りましょう。



給食の前に気をつけること

<p>教室を換気し、給食に関係のないものは片付けましょう。</p> <p>★ホチキスの針や消しゴムのカスなど、給食に入らないようにしましょう。</p>	<p>手をせっけんできれいに洗いましょう。</p> <p>★清潔なハンカチやタオルを毎日持ってきてきましょう。</p>	<p>給食を配膳したら、席について静かに待ちましょう。</p> <p>★立ち歩くとほこりが立ったり、ぶつかってこぼしたりするかもしれません。</p>
---	---	--

食べるときに気をつけること

<p>姿勢よく、おわんは手に持って食べましょう。</p> <p>★足を組んだり、犬食いになったりしないようにしましょう。</p>	<p>食べやすい大きさにし、よくかんで食べましょう。</p> <p>★口に詰め込みすぎないように気をつけましょう。</p>	<p>食べている人を驚かせたり笑わせたりしてはいけません。</p> <p>★食べ物を吸い込むと危険です。</p>
--	---	--

のどに詰まりやすい食べ物は、特に気をつけて食べましょう。

<p>丸くツルツとしたもの</p> <p>ミニトマト、ぶどう、さくらんぼ</p> <p>うすらの卵、しらたま白玉だんご</p>	<p>粘着性の高いもの</p> <p>はんご飯、もち、パン</p> <p>いも類</p>	<p>かみ切りにくいもの</p> <p>みずな水菜、タコ、イカ、りんご</p>
--	---	--

窒息時にみられる チョークサイン

のどに詰まると声が出せなくなります。もし、周りの友達がかみ切りにしていたら、すぐに近くの先生や大人に知らせてください。

首の辺りを手で押さえ、苦しそうにする仕草
チョークサイン