

# 給食だより

令和7年度5月号  
 北区立滝野川第三小学校  
 校長 高草木 政浩  
 栄養士 本多 希美

新学期が始まって1ヶ月が経ちました。少しずつ新しい学級にも慣れてきたころだと思ひます。給食の配膳もスムーズにできるようになり、食べる時間にも余裕ができてきましたね。しっかり食べて力をつけましょう。また、これから運動会の練習も始まります。毎晩しっかり睡眠をとり、疲れがたまらない身体づくりを心がけましょう。夜、早く寝るためには、朝の早起きが重要なポイントです。5月は連休があり生活リズムが乱れやすいので、特に気をつけましょう。



今月の給食目標

楽しく食べよう

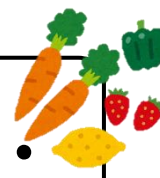
楽しい食事は、心を満たし和やかな気持ちにします。しかし、いくら楽しい時間だからといって好き勝手なことをしてしまつては、みんなが気持ちよく食事をすることができません。自分だけではなく、周りの人たちも楽しく食事ができるように、マナーを守つて気持ちのよい食べ方をしましょう。

(できていたら○をつけましょう！)

- |                       |       |                          |
|-----------------------|-------|--------------------------|
| ① 正しい姿勢で食べている         | ..... | <input type="checkbox"/> |
| ② 口をとじて、よくかんで食べている    | ..... | <input type="checkbox"/> |
| ③ 食事の途中で立ち歩いていない      | ..... | <input type="checkbox"/> |
| ④ 机やおぼんのまわりにこぼしていない   | ..... | <input type="checkbox"/> |
| ⑤ はしやスプーンで音をたてて食べていない | ..... | <input type="checkbox"/> |



## 学校給食とは・・・



学校給食は「学校給食法」に基づき実施されていて、7つの目標が決められています。

学校給食の7つの目標



①健康なからだ作り



②食生活のお手本に



③助け合い、協力して



④自然の恵みに感謝する



⑤働く人たちに感謝して食べる



⑥地域の食を知り



⑦社会の仕組みを知る



## 各地に伝わる端午の節句のお菓子



五月晴れの空に、こいのぼりが元気よく泳ぐ姿を目にする季節になりました。5月5日の「端午の節句」は、男の子の健やかな成長を願ってお祝いをする伝統行事です。端午の節句に食べる行事食といえば、「かしわもち」と「ちまき」が代表的ですが、ほかにも地域によってさまざまなお菓子が親しまれています。



給食では5月1日に端午の節句（こどもの日）のお祝い献立を実施します。楽しく食べてみなさんでお祝いしましょう。