



いたばしくしよくいく

板橋区食育キャラクター

令和7年1月8日

板橋区立前野小学校

校長 松原貴志

栄養士 綿引久子

1月給食だより



新年を迎え、気持ちも新たに3学期が始まりました。みなさんはどのような冬休みを過ごしましたか。休みの間は生活リズムが乱れやすくなります。生活リズムを整え、3学期も元気に過ごせるように心がけましょう。

★はやお はやあ あさ
★**早寝・早起き・朝ごはん**で
せいかつ ととの
生活のリズムを整えよう★

あさ 朝ごはんを食べていない人は
なに た 何か食べることから
チャレンジしてみるっちい！



あさ 朝ごはんを食べると体温が上がり、眠っていた脳にエネルギーが補給されて、元気に活動できるようになります。

あさ 朝ごはんをしっかりと食べて、1日を元気にスタートさせましょう。

また、日中は明るい環境で体を動かす習慣をつけると、寝つきもよくなり、1日の生活リズムが整います。

1月24日から30日は

ぜんこくがっこうきゅうしよくしゅうかん
全国学校給食週間

こんげつ きゅうしよくもくひょう きゅうしよく し
今月の給食目標 給食について知ろう！

1947年、戦争によって中断していた学校給食が再開しました。初めは給食用物資が贈られた12月24日を記念日としていましたが、その後、冬休みと重ならない1か月後の1月24日から1月30日までを全国学校給食週間としました。

げんざい がっこうきゅうしよく がっこう かよ
現在の学校給食は、学校に通うみなさんが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けるための生きた教材として、「食育」の役割を担っています。

31日は

きゅうしよく ひ
あまつっこ給食の日

「あまつっこ給食」とは天津わかしおがっこう かよ じどう いたばしく ない がっこう かよ
学校に通う児童と板橋区内の学校に通うこりゅうきゅうしよく
みなさんとの交流給食のことです。

あまつ がっこう いたばしく ち ばけん
天津わかしお学校は、板橋区が千葉県鴨川市に開校している、健康改善を目的とくべつ し えんがっこう く やくしよ くるま
とした特別支援学校で、区役所からは車で約2時間のところにあります。

うつく かいがんせん みどり やまやま かこ
美しい海岸線と緑の山々に囲まれたしぜんゆた がっこう ねんせい ねんせい
自然豊かな学校で3年生から6年生までのじどう きしゆくしや かよ
の児童が寄宿舎から通っています。

こんかい はる ま こんだて と
今回は「ひじきの春巻き」を献立に取りいれました。



こんげつ いたばし のうえんかいきゅうしよく いたばしく さん なが しよう
今月の板橋ふれあい農園会給食は、板橋区産の長ねぎを使用した
さかな いたばしく さん や じる
「魚の板橋区産ねぎみそ焼き」「すまし汁」です。

【学務課からのお知らせ】

ご自宅での給食当番用エプロンの洗濯をありがとうございます。

各家庭のご協力により、次の給食当番は清潔なエプロンで準備に取り組めていますが、ご使用される洗剤や柔軟剤などで、食べ物の匂いが感じにくくなることや、児童の食欲に影響を与えることが考えられます。香りの強さの感じ方には個人差がありますので、洗濯の際はご配慮いただきますようお願いいたします。