

12月給食だより

板橋区食育キャラクター

板橋区立板橋第一小学校



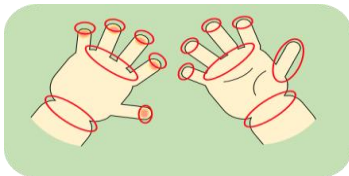
今年も残りわずかとなりました。冬休みの間も早寝・早起きを心掛け、朝・昼・夕3食をしっかりと食べて、元気に新年を迎えましょう。



寒くなり空気が乾燥すると、風邪やインフルエンザ、ノロウイルスなど感染症が流行しやすくなります。

手洗い、うがいは感染症予防の基本です。

病気に負けない体をつくろう



洗い残しに要注意！

指の間や手首など、洗い残しやすいところを意識して、丁寧に手を洗いましょう。

今月の給食目標

マナーを守って楽しい給食にしよう

食事のマナーとは、誰もが食事を楽しむための基本ルールです。箸の持ち方や正しい姿勢を身に付けることは大事ですが、あまり難しく考えず、一緒に給食を食べる人が嫌な気持ちにならないように心掛けることから始めてみましょう。

「いただきます」
「ごちそうさま」
のあいさつをする。

口に食べ物を入れた
まま、おしゃべりを
しない。

みんなが楽しめる
会話をします。



マナーを守って食べると気持ちがいいっつい！

12月22日は冬至

冬至は、1年で最も昼の時間が短く、夜が長い日です。

冬至にかぼちゃを食べると風邪を引かないといわれています。

板一小では、22日(月)にほうとううどん、24日(水)にゆずドレサラダを出します。



栄養士より

- 今月の板橋ふれあい農園会給食は、10日(水)に「板橋区産にんじんごはん」を出します。
- 保健給食委員のコラボメニューは、15日(月)に出します。
- 図書コラボ給食は、18日(木)の「からすのパンやさん」です。

