



立冬(りっとう)が過ぎ、朝夕の寒さが厳しくなってきました。昼間との温度差が大きいため、体調を崩しやすい時期です。また、文化発表会、体育大会が終わり、疲れも出てくる頃かと思います。

この時期は、空気が乾燥し、新型コロナウイルスやインフルエンザの流行、ノロウイルスによる食中毒などに注意が必要です。寒い冬を元気に過ごすためには引き続き、手洗い・うがいをしっかり行い、栄養バランスのよい食事を心がけましょう。

11月の給食目標

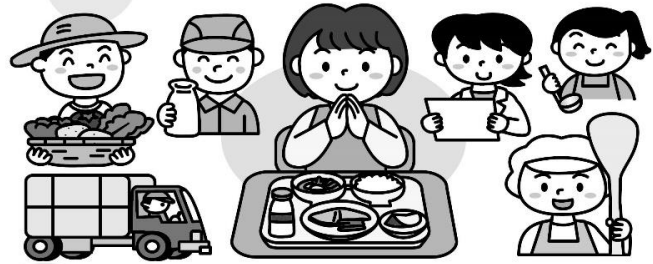
食事のあいさつをきちんとしよう

“食事のあいさつ”に込められた思い

「いただきます」と「ごちそうさま」の食事のあいさつには、それぞれどんな意味があるかご存じですか？

食事の前の「いただきます」は、食材となった自然の恵み、生き物の命をいただくことへの感謝を表す言葉です。食べ終わった後の「ごちそうさま」には、この食事を作るために関わった人たちへの感謝の気持ちが含まれています。単なるあいさつとしてではなく、意味を考え、心を込めて言えるといいですね。

11月23日は「勤労感謝の日」



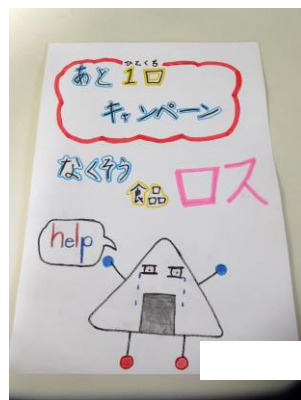
食事に限らず、私たちの生活は多くの人の働きがあって成り立っていることを忘れずに、感謝の気持ちをもって過ごしましょう。

「もう一口キャンペーン」を行いました！



生徒が作った
ポスター

先月号でもお伝えしましたが、最近、主食の食べ残し量が増えており、給食委員会が「もう一口キャンペーン」と題して委員会の時間にクラスごとにポスターを作りました。後日、クラスごとに「主食をもうあと一口食べて食品ロスを減らそう」と呼びかけました。



「結果(平均3日間)」

キャンペーン前→33.1kg

キャンペーン後→28.7kg



一人一人の努力で約 4.5kg 食べ残し量を減らすことができました。今後はごはんだけではなく、牛乳やおかずも食べ残しが減るよう、呼びかけていきます。