

ご入学、ご進級、おめでとうございます。

新学期を迎え、子どもたちは期待とやる気に満ちていることと思います。

1年間、元気で学校に通うために健康には注意したいですね。

学校給食では、栄養はもちろんのこと、おいしくて安全な給食づくりを通して、からだと心を育てるお手伝いをしたいと思っています。今年度もよろしくお願ひします。



給食費についてのお知らせ



○給食費は、すべて学校給食の材料費に使われます。

○このほかに、学校給食を作るための費用（人件費、光熱水費等）などについては、市でまかなっています。

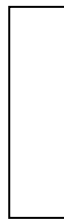
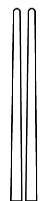
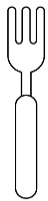
★ 年間の給食費を12回に分けて徴収するので、給食の回数が少ない月（8月、1月）も1カ月分の給食費になります。

★ 1カ月のうち、病気等により続けて5日以上給食を休んだ場合は減額措置が受けられます。早めに学校に連絡してください。

⑧ 事前連絡に限ります。

区分	月額給食費	徴収回数	年間給食費
小学校	4,200円	12回	50,400円
中学校	4,700円	12回	56,400円

～食器具セットについて～



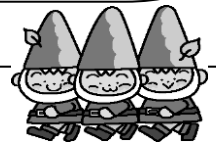
食器具セットは、中学校を卒業するまで使います。大切にしましょう!!

※ ケースは熱湯に入れると変形するので注意しましょう。

フォーク スプーン はし ケース

108円 108円 216円 324円 ○合計756円

2月の市内産食材利用率は
16.4% でした。



「おやつ」について

おやつとは…… 「おやつ」とは、漢字で「御八つ」と書きます。この「御八つ」と言うのは、江戸時代に使われていた時間の単位の一つで、「八つ時」（だいたい、今の午後2時から4時まで）のことです。畑仕事をする人が「八つ時」に、エネルギーを補給するために食べていた簡単な食事を「おやつ」と呼ぶようになりました。沼田では「こじゅはん」などとも言っていました。

おやつ…… 食事甘いものも含めて、間食として食べるすべてのもの

お菓子…… 砂糖たっぷりのケーキやクッキーなどの洋菓子、飴やキャラメル、スナック菓子など。

皆さんが食べる「おやつ」は、体が大きくなる小学生から中学生にかけて、1日3回の食事では足りない栄養を取り入れるために必要なものです。子どもは胃袋も小さく、消化吸収能力も発達途中ですから3度の食事では必要な栄養が取れません。そんな栄養を補うのが「おやつ」です。

それだけでなく、遊び疲れた体に休息を与え、楽しい時間を作り出してくれる働きもあります。

今年は、どんなおやつがいいのか？ 食べ方や気をつけたいことなどを考えていきたいと思っています。

