



沼田市学校給食センター
TEL:25-3762

ご入学、ご進級おめでとうございます。新年度を迎え、期待とやる気に満ちていることとおもいます。毎日、元気に学校生活を送るために、早寝早起きしっかり朝ごはんなど健康的な生活を心がけ、一年間元気に過ごしましょう！

4月の給食目標

楽しく食事をしよう！



みんなで一緒に給食を食べるわけ！

毎日みんなで一緒に給食を食べるのは、国語や算数と同じ「勉強」だからです！給食を通して、次の事を学びます。

- ★みんなで協力して給食の準備や片付けをすること
- ★きちんとあいさつし、良いマナーで食事ができるようになること
- ★みんなと一緒に食べ、好き嫌いをできるだけ直すよう努力をすること
- ★地域の農業や特産品について学ぶこと
- ★行事食や郷土料理について学ぶこと
- ★食べ物の栄養や健康について学ぶこと
- ★食べ物を大切にすることや、給食を届けてくれた方々に感謝の気持ちを持つこと

毎日の給食には、みんなに学んで欲しいと願いが込められています。色々なことを学びながら食べましょう！

「いただきます」「ごちそうさまでしほ」

楽しい食事は心と体を健康に！

新しいクラスでの給食が始まりました！楽しい気持ちで食べることは、心と体に良い影響がたくさんあります。

みんなで楽しく食事をすると...



- 食欲が高まる
- 唾液がたくさん出る
- 胃や腸の働きが良くなる

食べ物の栄養がからだに吸収されやすくなる！

自分だけでなく、クラス全員が楽しい気持ちで給食時間を過ごすためには、どうすればいいと思いますか？



クラス全員が楽しい気持ちで給食時間を過ごすには・・・？

給食の時間は、学習の時間と違い、ゆったりとした気持ちになります。しかし、気がゆるみすぎてマナーが悪くなつては、まわりの人を嫌な気持ちにさせてしまいます。マナーを守って食事することは、自分の健康を守るためにも、まわりの人を不快な気持ちにさせないためにも大切なことです。楽しい雰囲気の中で食事をするを、一人一人が気を付けましょう。

学校で行っている給食時のマナー指導には次のようなものがあります。家庭でも食事のマナーについて、時々、話題にしていたけるとありがたいです。

 身支度を整えて、給食の準備をする！	 ていねいに、準備や片付けをする。	 姿勢良く、前を向いて静かに食べる。	 おわんを正しく持って食べる。
 口に食べ物が入っている時にしゃべらない。大きな声でしゃべらない。	 よくかみ、味わって食べる。音を立てて食べない。	 「苦手な物でも、一口はチャレンジしよう！」 残さず食べられるようにする。	 「いただきます」「ごちそうさまでしほ」 感謝の気持ちを持って食べる。

学校給食センターより...

沼田市学校給食センターでは、沼田市内の小中学校・特別支援学校計19校、約3220人分の給食を作り、配送しています。今年度も食べて学べる給食作りを心がけ、安全安心でおいしい給食を提供し、給食を通じて食育情報を発信していきます！今年度もよろしくお願いたします。



利根沼田産の玄米を学校給食センターで精米して、毎回炊きたてのごはんを提供しています！



地場産物や郷土料理をたくさん給食に取り入れ紹介していきます！

「学校給食センター見学試食会」や「夏休み学校給食センター親子見学会」も実施予定です！たくさんの方の参加をお待ちしております。

