

12月給食だより

令和5年12月号
愛川町立田代小学校



今年も残りわずかとなりました。寒さも本格的になり、風邪だけでなく、インフルエンザやノロウイルスなどの予防対策も必要になってきます。寒い冬も毎日元気に過ごせるように、冬の食生活について考えてみましょう。



今年のはかせを
ひきま宣言!

かぜ予防のポイント

1 手洗いうがいをする



2 しっかり栄養をとる



3 十分な睡眠をとる



4 マスクをつける



5 人ごみを避ける



6 適度な運動をする



寒さに負けない体づくりのためにも、1日3食の食事は欠かせません。

その他にも、適度な運動をすること、そして十分な睡眠をとることが大切です。また、免疫力アップには「笑うこと」も効果があると言われています。寒さに負けず、毎日笑顔で過ごしたいですね。



12月4日~15日は

神奈川県産学校給食デー

愛川町の学校給食では、日頃から神奈川県産の食材や愛川町産の食材を使用するように心がけています。

12月4日(月)~15日(金)の期間は、神奈川県産学校給食デーと称し、いつもより多くの「神奈川県産」食材を給食に使用して地産地消に取り組みます。愛川町で採れた食材も多く登場します。

ご家庭でもぜひ、積極的に地場産物を利用してみてください。



毎月19日は
食育の日

~国語の教科書を給食で味わおう~ 12月19日(火)

今年度の食育の日は、「国語の教科書を給食で味わおう」をテーマにした献立を紹介します。12月は中学校1年生で学ぶ「ダイコンは大きな根?」に登場する、大根を使った献立です。お楽しみに!



全校児童で

~さつまいも掘りをしました~

田代小学校の学校菜園では、季節ごとに様々な野菜を育てています。10月に、全学年でさつまいも掘りをしました。収穫したさつまいもは少し寝かせて甘くしてから、11月の給食【大学芋/さつまいもご飯/さつまいも汁】に使用して、みんなでおいしくいただきました!



これからは、冬野菜がおいしくなる季節(旬)になります。旬の食材は特に栄養価が高くなり、うまみもグッとアップします。ご家庭でも、今しか味わえない旬の食材をたくさん取りいれてみてください。



12月分の給食費引き落とし日は、12月5日(火)です。

金額は、1か月4,100円+手数料10円です。口座引き落としが確実にできるよう、残高の確認をお願いいたします。

