

ご入学・ご進級おめでとうございます。

新年度が始まりました。学校生活を元気に過ごすためには、健康であることが大切です。よく食べ、よく運動し、よく睡眠をとって規則正しい生活を心がけましょう。新しいクラスとなり、配膳に時間がかかるかもしれませんが、次のポイントに気をつけて、スムーズに給食の準備をして、ゆっくりと食べる時間をとりましょう。

## 【準備】

- ①給食の前には、必ず手を洗いましょう。目に見えなくても、手にはたくさんの汚れがついています。石けんをつかって丁寧に手を洗い、消毒をしてから給食を始めましょう。
- ②配膳台をふいてきれいにしてから、食缶をのせてください。
- ③給食当番の人はエプロンと帽子、マスクを身につけましょう。クラス全員の給食を配る、大切な仕事です。髪の毛や服に付いたゴミが給食の中に入らないようにしっかりと身支度をととのえましょう。自分の服が汚れるのも防げます。
- ④みんなで協力して、手早く給食の配膳を終わらせましょう。早く配り終われば、それだけ食べる時間が長くなります。ゆっくりと食事をするためにも、みんなで協力しましょう。



## 【片付け】

- ①食べ残してしまったものは、食べ残し用のバケツに入れてください。
- ②飲み残した牛乳も、食べ残し用のバケツに入れて、ピンはフタをとって牛乳ケースに戻してください。
- ③魚などが入っていたカップは、重ねてから食缶に入れて返してください。
- ④果物の皮も食べ残し用のバケツに入れてください。
- ⑤はしやスプーン、フォークは向きをそろえてケースに入れてください。



片付けまでが給食です。みんなで協力して、気持ちのよい片付けを心がけましょう。

給食は『株式会社 ジーエスエフ』のみなさんがつくってくださいます。安全でおいしい給食づくりをこころがけ、毎日がんばります。栄養士は『川口香織里』がとめます。'体'はもちろん'心'の栄養にもなるような給食づくりをめざします。

## 給食費について

狛江市では、学校給食費をご指定金融機関より、口座振替にて徴収いたします。学校給食に要する経費のうち、食材料費につきましては、保護者の皆様にご負担いただいております。

◆学校給食費の保護者負担額は以下の通りです。

1,2年生 3,845円 3,4年生 4,067円 5,6年生 4,289円  
(1食あたり、低学年225円、中学年238円、高学年251円)

さらに、狛江市から1食あたり、23円の食材料費の補填があります。毎月末日(8月3月を除く)に、口座振替で徴収します。ただし、金融機関等の休業日の場合は、よく営業日となります。2月には、2、3月分をまとめて徴収いたします。3月分は喫食実施回数によって調整することがあります。

◆長期欠席となる場合、給食の休止する日の前日から起算して5日前(土日休日を除く)までに、お申し出いただくと、負担額を調整することができます。申し出のない場合は、給食費の徴収の対象となります。

## 「食物アレルギー」について正しく知ろう！第1弾

食物アレルギーとは、原因となる食物を食べたり触ったりした際に、アレルギー症状が引き起こされることをいいます。症状は、じんましんやかゆみなどの皮膚症状のほか、粘膜症状、呼吸器症状などさまざまです。食物アレルギーについて知りましょう。



給食で初めて食べる食材はありますか？  
食物アレルギーは、学童期以降に症状があらわれる場合もあるので、給食で初めて食べる食材がある場合は、体調が良い時にまずは、家庭で食べることをおすすめします。

「食物アレルギー」は好き嫌いとは違います。食物アレルギーは「体質」といって、「体の個性」です。いろいろな個性を持つ友だちが、みんな元気に楽しく生活できるように、思いやりと正しい知識をもつことが大切です。