

給食だより 4月号

令和8年4月6日
港区立高輪台小学校

高輪台小学校では、新1年生127名を迎え、全校児童800名で新年度がスタートしました。ご入学・ご進学おめでとうございます。今年も1年間どうぞよろしくお願いいたします。何をやるにも健康な体が一番です。そのためには、早寝・早起き・朝ごはんの生活リズムを整えること、そしてバランスのよい食事が大切です。2～6年生の給食は4月7日(火)から、1年生の給食は10日(金)から始まります。楽しみにしててくださいね。

給食当番の決まりを守ろう

みんなが給食を安心して食べられるよう、給食当番は決まりを守って、協力して準備や後片付けをしましょう。

<p>トイレは身じたくを 整える前に済ませる。</p>	<p>爪は短く切っておく。</p>	<p>手はせっけんできれいに 洗い、清潔なハンカチ やタオルでふく。</p>	<p>体調が悪い人、手や指 にけがをしている人は、 先生に相談する。</p>
<p>清潔な給食着を 身につける。</p> <p>★給食着を床に置いて着替 えたり畳んだりしない。</p>	<p>髪の毛は帽子にしっかりしま う。</p> <p>★髪が長い人は結んでおく。</p>	<p>マスクで鼻と口を おおう。</p>	<p>汁物は底から混ぜて具 を均等に盛り付ける。</p>
<p>重いもの、熱いものは 協力して運ぶ。</p>	<p>食缶や食器かごなど を床に置かない。</p>	<p>一人分の量を考 えて丁寧に盛り付け る。</p> <p>30人分なら… 10人分</p>	<p>汁物は底から混ぜて具 を均等に盛り付ける。</p>

ご家庭へのお願い

給食当番はマスクを使用しますので、ご家庭でご用意ください。また、週末に給食白衣を持ち帰りますので、大変お手数ですが洗濯とアイロンがけをお願いします。

安全においしく給食を食べるための約束

給食は、安全においしく食べられるように考えて作られています。配膳するときや食べるときに一人一人が気をつけないと、事故につながることがあります。楽しい給食時間を過ごせるように、以下のことを守りましょう。



給食の前に気をつけること

<p>教室を換気し、給食に関係 のないものは片付けましょ う。</p> <p>★ホチキスの針や消しゴムのカスなど、 給食に入らないようにしましょう。</p>	<p>手をせっけんできれいに 洗いましょう。</p> <p>★清潔なハンカチやタオルを 毎日持ってきましょう。</p>	<p>給食を配膳したら、席につ いて静かに待ちましょ う。</p> <p>★立ち歩くと、ほこりが立ったり、ぶつ かってこぼしたりするかもしれません。</p>
--	---	--

食べるときに気をつけること

<p>姿勢よく、おわんは手に持 って食べましょ う。</p> <p>★足を組んだり、 いぬく 犬食いになっ たりしないよ うにしましょ う。</p>	<p>食べやすい大きさにし、よく かんで食べましょ う。</p> <p>★口に詰め込みすぎないように 気をつけましょ う。</p>	<p>食べている人を驚かせたり 笑わせたりしてはいけません。</p> <p>★食べ物を吸い込むと危険です。</p>
--	---	---

のどに詰まりやすい食べ物は、特に気をつけて食べましょ う。

<p>丸くツルツとしたもの</p> <p>うすらの卵</p> <p>ミニトマト</p> <p>ぶどう</p> <p>さくらんぼ</p> <p>白玉だんご</p>	<p>粘着性の高いもの</p> <p>もち</p> <p>ご飯</p> <p>パン</p> <p>いも類</p>	<p>かみ切りにくいもの</p> <p>タコ</p> <p>イカ</p> <p>みずな</p> <p>りんご</p>
--	--	--

窒息時にみられる チョークサイン

のどが詰まると声が出せなくなります。もし周りの友達が苦しそうにしていたら、すぐに近くの先生や大人に知らせてください。

