

# 給食だより



令和8年度

## 4月号

(毎月19日は食育の日)

●家族一緒に読みましょう

氷見市立湖南小学校

ご入学・ご進級おめでとうございます。春のやわらかな日差しの中、希望に満ちあふれた新年度が始まりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力ある給食作りに努めていきたいと思います。一年間、よろしく願いいたします。



### 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付ける。</p> <p>★給食着を床に置いて着替えたりたたんだりしない。</p>	<p>髪の毛は帽子や三角巾にしっかりしよう。</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>重いもの、熱いものは協力して運ぶ。</p>	<p>食缶や食器かご等を床に置かない。</p>	<p>ひとりぶんりょうを一人分の量を考えて丁寧に盛り付ける。</p>	<p>汁物は底から混ぜて具を均等に盛り付ける。</p>

## 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等、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、ほこりがたったり、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、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>ミニトマト、ぶどう、うすらの卵、さくらんぼ、白玉だんご</p>	<p>粘着性の高いもの</p> <p>ごはん、もち、パン、いも類</p>	<p>かみ切りにくいもの</p> <p>みずな、水菜、りんご、イカ</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。

