



給食だより



令和8年1月
いちのみやちようりついちのみやしやうがっこう
【毎月19日は食育の日】

1月は年の始まりにふさわしく、食事のマナーをもう一度見直すよい機会です。食事のあいさつや正しい姿勢、食器の持ち方など、食事の中で大切にしたいことをみんなで確認していきましょう。

また、1月24日～30日は「全国学校給食週間」です。みなさんにとって身近な給食について、改めて考えてみましょう。



◇食事中に気を付けてほしいこと

食事のマナーは、家族や友だちとみんなで一緒に楽しく食べることができるように、一人一人が守るようにしましょう。

食事のあいさつ



いただきます

ごちそうさま

「いただきます」や「ごちそうさま」は感謝の気持ちをあらわしています。

姿勢



いすに深く腰かけ、背筋を伸ばして足を床につけて食べます。

態度



スマートフォンやテレビに夢中だと会話を楽しめません。また、口を閉じてかむようにしましょう。

◇こんな姿勢になっていませんか？

ふだんの食事の姿勢をふり返ってみましょう。右のような姿勢になりやすい人は、よい姿勢を心がけて座りましょう。



背もたれに寄りかかっている



ひじをついている



横向きに座っている



◇全国学校給食週間（1月24日～30日）

全国学校給食週間は、学校給食の意義や役割などについて多くの方に知ってもらい、学校給食の充実と発展を図ることを目的として定められました。今回は千葉県産や特産物の食材を多く取り入れた献立になっています。給食を通して、自分たちの住む千葉県について考えてみましょう。

千葉県の特産物



こめ



ぎゅうにゅう



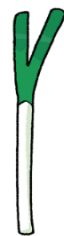
いわし



にんじん



さつまいも



ねぎ



だいこん 大根など