

えがおのじかん



令和2年度9月号

丹波山村学校給食センター

栄養教諭

小林



きびあつ ずいぶん にごつき ひ つづ かんせんよぼう こころ
 厳しい暑さも随分やわらいできました。二学期も引き続き、感染予防を心がけなが
 がっこうせいかつ おく
 ら学校生活を送ることになります。こまめな手洗いやマスクの着用だけでなく、
 きそくただ せいかつ びょうき からだ たいせつ
 規則正しい生活で病気にならない体をつくることも大切です。



牛乳パックにかわりました！



こんねんど あたら せいかつようしき がっこうせいかつ きゅうしょく じかん
 今年度は、「新しい生活様式」での学校生活がスタートしました。給食の時間も、
 ちが ちが ぜんいん た
 いつもと違うことが増え、全員がそろって食べることができなくなってしまいました。
 ちやうりいん せんせいがた きやうりよく こんだて おおはば へんこう れいねんどお
 しかし、調理員さんや先生方の協力もあり、献立を大幅に変更することなく、例年通
 りの給食が提供出来ています。5月の給食開始時から、教室まで運びやすくするため
 ていきようで き かいしじ きやうしつ はこ
 に、牛乳をビンからパックに変更しています。当面の間はパック牛乳を提供します。
 ぎゅうにゅう へんこう どうめん あいだ
 もちろん味や栄養価に変わりはありません。「ビンのときのほうがおいしかったかも…」
 こえ こんご じやうきやう けんどう おち ごりかい
 という声もあったので、今後の状況をみながら検討していきたいと思ひます。御理解
 をよろしくお願ひいたします。

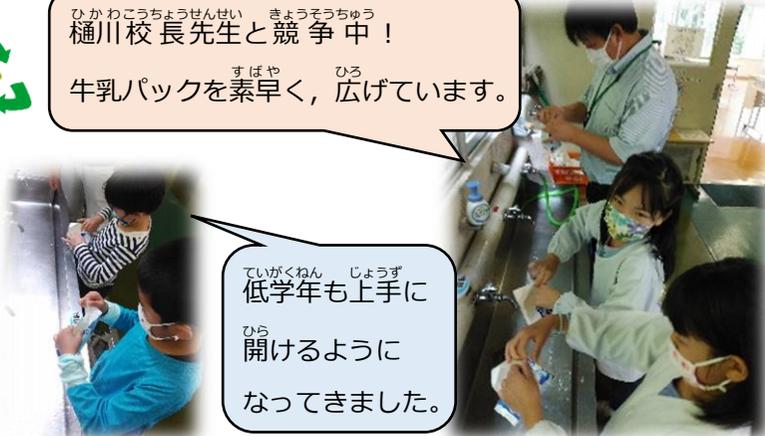
牛乳パックは
すべてリサイクル！



樋川校長先生と競争中！

牛乳パックを素早く、広げています。

ていがくねん じやうず
低学年も上手に
ひらけるように
なってきました。



☆ 9月の給食目標 ☆ 『規則正しい生活を送ろう』

はやね はやお
早寝・早起き

睡眠時間をしっかり
確保しましょう

えいよう
**栄養バランスの
よい食事**

主食・主菜
副菜を
そろえましょう

てきど うんどう
適度な運動

日中は明るいところで
体を動かしましょう

ひじょうじ 非常時に備えましょう

ことし せかいてき りゆうこう しんがた かんせんしやう にほん ふようふきゆう
 今年、世界的な流行となった新型コロナウイルス感染症では、日本でも不要不急の
 がいしゆつ じしゆく よぎ ほぞん しょくりやうひん ふそく びちく たいせつ じっかん
 外出の自粛が余儀なくされ、保存のきく食料品の不足など、備蓄の大切さを実感する
 じたい すいみんじかん ひ しょくりやうひん せいかつつじゆひん さいていみつかぶん いっしゆうかん
 事態となりました。日ごろから、食料品や生活必需品を最低3日分、できれば一週間
 ぶん そな とき あわ す
 分を備えておくと、いざという時に慌てずに済みます。9月1日は防災の日です。家族
 かくにん ぼうさいいしき たか
 で確認しあい、防災意識を高めましょう。

水 ひとり1日3リットルが
めやす 目安です。家族分用意
しておきましょう。

カセットコンロ・ガスボンベ
お湯を沸かしたり、ご飯を炊い
たり、簡単な調理ができます。

**ほぞんせい たか しょくひん
保存性の高い食品**

米 さば みそしる

普段から多めに買い置きしておくとお安いです。

**びひんるい
備品類**

ラップ、アルミホイル、ウエットティッシュ、
使い捨て食器、ポリ袋、除菌スプレーなど。
手や食器、器具が洗えなくなることを想定
し、用意しておきましょう