



食育だより

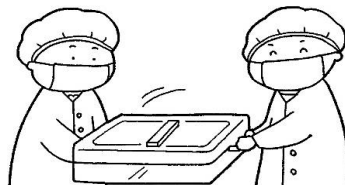
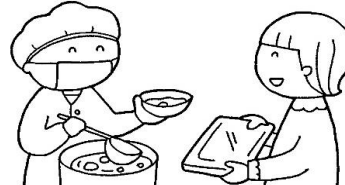
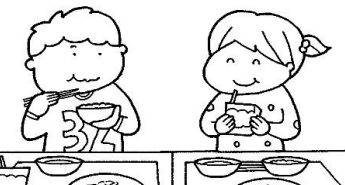
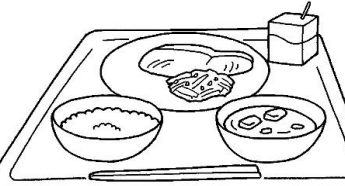


令和6年 3月号
さいたま市立新和小学校

家庭数配付

3月は1年の学びの締めくくりの月です。また、6年生にとっては、次のステージに向かって羽ばたく準備をするときです。新和小で食べる給食もあとわずか。思い出の味として記憶に残してくれとうれしいです。体調の管理に気をつけ、残りの日々を、よい思い出でいっぱいに行きましょう。

給食を通して学んだことを振り返ろう！

学校や家でどのような食生活を送っていたか、1年間どのように過ごしてきたか、おうちの人と一緒に振り返ってみましょう。
よりよい食生活が送れるよう来年度もまたがんばっていきましょう！

<input type="checkbox"/> 協力して給食の準備をすることができた 	<input type="checkbox"/> 1人分の量をきれいに盛りつけた 	<input type="checkbox"/> 楽しく会食することができた 
<input type="checkbox"/> バランスのよい食事のとり方がわかった 	<input type="checkbox"/> 地域の地場産物がわかった 	<input type="checkbox"/> 感謝の気持ちを持って食べることができた 

🌸 1年間、ありがとうございました。🌸

3月19日（火）をもって、今年度の給食が終了します。今年度も本校の学校給食に深いご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。給食の限られた時間の中でしたが、子どもたちがたくさん給食を食べている姿や、様々な食材と向き合いながら、給食の時間を過ごす様子を見ることができました。




給食室では、新和の地域の食材を生かした献立作成や食品・調理過程の安全に細心の注意を払い、子どもたちが喜んでくれるおいしい給食を提供できるように努めてまいりました。また、様々な食材を使用し、調理方法を工夫してきました。来年度もスタッフ一同、力を合わせて安全・安心、心のこもったおいしい給食づくりに力を注いでいきたいと思っております。

新年度の給食は、新2～6年生は4月10日（水）、新1年生は17日（水）からです。

食物アレルギーのお話

食物アレルギーは好き嫌いとは違います。「食べない」のではなく、「食べられない」のです。原因となる食べ物を食べたり、触ったりすると体にさまざまな症状が出ます。皮膚がかゆくなったり、じんましんが出たりするほか、命にかかわる危険な状態になることもあります。食物アレルギーがない人もそのことを知っておいてください。

食物アレルギー どんな症状が出るの？

皮膚症状	粘膜症状	呼吸器症状	消化器症状
 赤み、じんましん、はれ、かゆみ、湿しんなど	 白目の充血・はれ、かゆみ、鼻水、口の中のかゆみなど	 のどの違和感・かゆみ・締めつけられる感じなど	 気持ちが悪くなる、おう吐、腹痛、下痢、血便など
そのほか、頭痛、元気がない、ぐったりする、不機嫌などの神経症状や、脈が速い、手足が冷たい、顔色・唇やつめが白いなどの循環器症状もあります。			

アレルゲン（アレルギーを引き起こす物質）によって複数の臓器に全身性の症状があらわれ、生命に危機を与える可能性がある過敏反応のことをアナフィラキシーといい、血圧低下や意識障害をとともなう場合をアナフィラキシーショックといいます。

みんなでできる！ 食物アレルギー事故予防

あげない・もらわない

食物アレルギーがある人もない人も、食べるときに守ってもらいたいことがあります。それは、友達同士で食べ物を「あげたり、もらったりしない」ということです。食物アレルギーの原因となる食品は、料理やお菓子の中に入っていると、見た目だけではわからない場合もあります。みんなで楽しく食べるためにも気をつけましょう。



リクエスト給食結果

1月の給食週間にラッキーにんじん・各クラスでのリクエスト給食を実施しました！
3月の給食最終週は、たくさんのリクエスト給食が登場します。

- 1年生 いちごのケーキ
- 2年生 ココアあげパン
- 3年生 カジキのからあげ
- 4年生 しゅわしゅわフルーツポンチ
- 5年生 たこやき
- 6年生 2色あげパン（ココア・抹茶）
- もちの木 フライドポテト
- 職員室 キーマカレー（ナン）

給食に登場する日を
楽しみにしててください☆