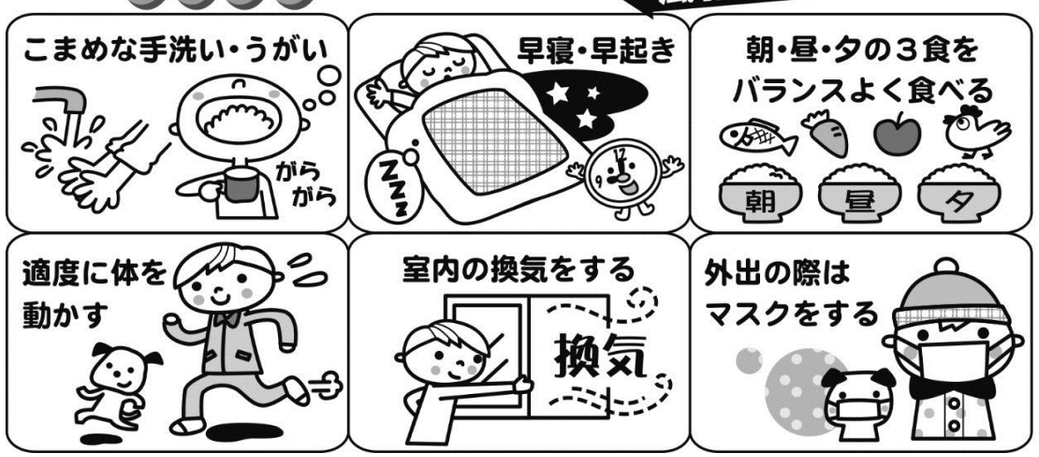
12月 給食だより

いよいよ今年も最後の月になりました。年末年始はクリスマスや大みそか、お正月などの行事があり、ごちそうを食べる機会も増えます。おいしいものはついつい食べ過ぎてしまいがちですが、胃腸への負担が気になります。そんな胃腸をいたわる日として制定された記念日が12月11日の「胃腸の日」です。「胃にいい（１２１１）」の語呂合わせから、日本大衆薬工業協会が2002年に制定しました。胃腸に負担をかけないために、食事は腹八分目を心がけ、ゆっくりよくかんで食べましょう。

冬休みを元気に過ごそう！

冬になると、風邪やインフルエンザ、ノロウイルスなどが流行します。これは原因となるウイルスが寒さや乾燥をこのむためです。ひとりひとりがしっかり予防し、かかってしまったら、他の人にうつさないように注意が必要です。



♪♪6年生バイキング給食♪♪

１１月６日（金）は、６年生のバイキング給食がありました。
バイキングでは『主食・主菜・副菜・くだもの・デザート』をそろえて食べました。
校長先生をはじめ、担任の新井先生、お世話になった先生方、調理員さんも参加して、ただ食べるだけでなく、「赤の食品、黄の食品、緑の食品」を組み合わせて食べたり、自分の食べられる量を知り、残さず食べられるようにしたりと『食』を考える給食となり、会話もはずみ、いつもと違った楽しい給食になりました。

♪♪彩の国ふるさと給食月間♪♪

１１月は「**彩の国ふるさと給食月間**」でした。
地元産の野菜を子供たちに紹介し、「ふるさと」について関心をもち、愛着心がわくようにもうけられた月間でした。16日（月）から20日（金）は、**もりもりキャンペーン**で、クラスでの給食の残りを調べました。どのクラスもいつも以上によく食べてきました。

給食委員さん、
いつもどうもありがとう！！