



令和8年1月
大阪市立南大江小学校

あけましておめでとうございます。新しい1年のスタートです。冬休み明けの1月は、寒さが強くなって、体調をくずしやすい時期です。朝・昼・晩(3食)バランスのよいごはんをしっかりと食べて、早く寝てしっかりと体を休めることが健康な体づくりの第一歩になります。

毎年1月24日から30日は・・・

ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん

全国学校給食週間です！



全国学校給食週間は、戦後、食べるものがなくて困っていた子どもたちのために、学校給食が再開されたことを記念してできました。

学校給食は、心も体も大きく成長するみなさんが、元気で健康にすごせるように、栄養のバランスを考え、作られています。学校給食の大切さについて、みなさんで考えてみましょう。

★「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしましょう！

わたしたちは生きるために、野菜やお肉、お魚などのたくさんの命をいただいています。「いただきます」「ごちそうさま」は食べ物や作ってくれた人へのありがとうの気持ちを込めたあいさつです。残さず食べて、その気持ちを大切にしましょう。



1月の給食より



【正月の行事献立とおせち料理】

☆9日(金)れんこんのちらしずし、きざみのり、ぞう煮、ごまめ

☆13日(火)紅白なます、黒豆の煮もの

☆20日(火)くりきんとん



★みんなで助け合い、協力して楽しく食べましょう！

給食の時間は、みんなで一緒に食べる大切な時間です。

給食当番の仕事や配膳のお手伝いをしたり、困っている友達

がいたら優しく声をかけをするなど、助け合いや協力することでみんなが気持ちよく、楽しく給食を食べることができます。



★「ありがとう」の感謝の気持ちを伝えましょう！

学校給食は、献立を考えている栄養教諭の先生や毎日朝早くから作ってくれている給食調理員さん、暑い日も寒い日も野菜やお米などを作っている農家さんや漁師さん、学校に食べものを届けてくれている運転手さんなどいろいろな人が働いています。

ぜひ「ありがとう」の気持ちを言葉で伝えてみましょう。

