

# 給食だより 4月

市川市立第三中学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。新学期がスタートし、学校給食も始まります。今年も1年間、栄養バランスのとれたおいしい給食で、みなさんの成長と健康を支えていきます。よろしくお願いたします。

## チェックしよう！ 給食当番の身支度



- ・爪は短く切ってありますか？
  - ・ハンカチを用意しましたか？
  - ・石けんで手を洗いましたか？
  - ・白衣はきれいですか？
  - ・マスクをきちんとつけていますか？
  - ・帽子(三角巾)から髪が出ていませんか？
- 給食当番になった人は、衛生的な配ぜんができるように、身支度を確認しましょう。

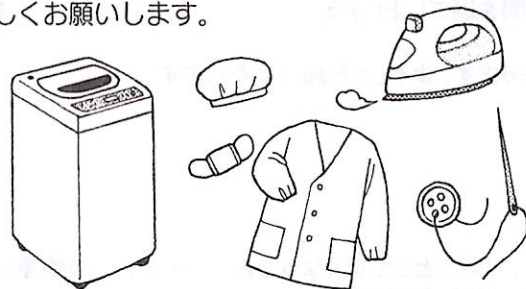
## 給食当番の日の体調は大丈夫ですか？



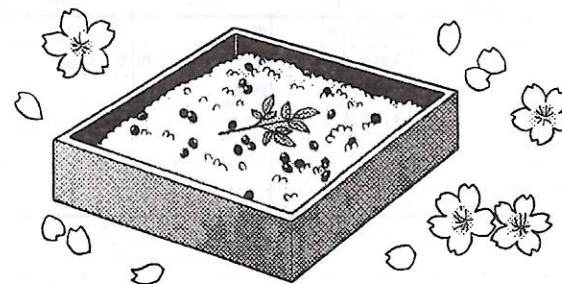
給食当番の人は、自分の体調を確認して、発熱や下痢、腹痛、吐き気などがある時は、先生に伝えて当番を交代してもらおうようにしましょう。

## 白衣の洗濯をお願いします

給食当番は、週末に白衣を持ち帰りますので、家庭で洗濯をして週明けに持ってきてください。ボタンがとれている場合は、お手数ですがつけ直していただくと助かります。ご協力をよろしくお願いたします。



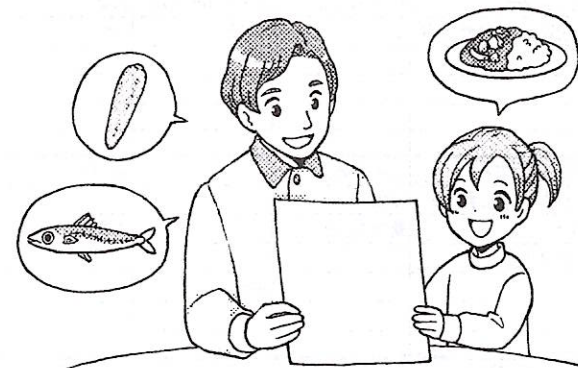
## 入学・進学 おめでとう！ お祝いに赤飯を食べるのはなぜ？



昔から、孝や卒業などのお祝いには、赤飯を食べる風習があります。これは、小豆の赤い色が、魔よけになると考えられていたり、おめでたい色だとされていたりしたからです。ほかに、古代に食べていた赤米に似せるためなど、いろいろな説があります。

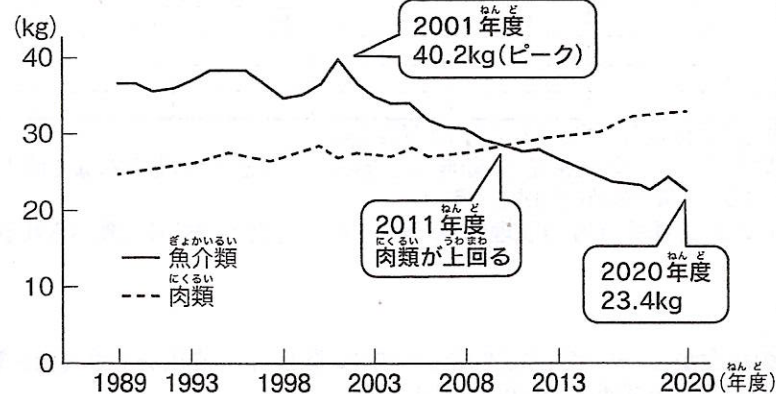
## 献立表をご活用ください

献立表には料理名だけでなく、給食に使われている食品やエネルギー量などが書かれています。献立表を見ながら、使われている食品や、地域の郷土料理・行事食などの食にまつわるお話を、子どもと一緒にしていただけたらと思います。



## Data に見る食育 ▶▶▶ 魚を食べていますか？

国民1人1年当たり食用魚介類・肉類の消費量の変化(純食料)



魚介類の消費量は、年々減少し続けています。1人1年当たりの消費量は2001年度の40.2kgをピークに減少しており、2020年度には23.4kgとなりました。一方、肉類の消費量は増加しており、2011年度に魚介類の消費量を上回りました。

資料：農林水産省「食料需給表」