

給食だより



川崎市立川中島中学校

令和2年6月10日（水）

（このプリントは保護者の方にも見せてください）

あじさいの花が美しい季節になりました。新型コロナウイルスの感染がまだ心配なところですが、早寝早起き・バランスの良い食生活・手洗いに心がけて、学校生活を過ごしてほしいと思います。

分散登校も終わり、15日（月）から給食が始まります。「新しい生活様式」になり、今までとは違うこともあります。私たち一人一人ができることを確実に取り組みましょう。

◎中学校給食では、箸（メニューに応じてスプーン）が必要となります。

◎新型コロナウイルス感染症対策として、配膳前に机を拭きます。布巾の共用を避けるため、各自、自宅で濡らした清潔な布巾（ウエットティッシュ可）を持ってきてください。

◎拭いた机には大きめのランチクロス（小学校の時に使っていたもので構いません）を敷きます。



- ・机拭き用の布巾（家庭で水に濡らしてくる）
- ・ランチクロス
- ・箸（スプーン）
- ・マスク用の袋

新型コロナウイルス感染症対策

- ★手洗いは、給食前と給食後に石けんで丁寧に洗います。
給食当番はアルコール消毒をおこないます。
- ★食べているとき以外はマスクをつけます。
（外したマスクはビニール袋に入れ管理します）
- ★給食はできるだけ適量を盛りきるように配膳します。
- ★お玉やトングなどの食具は、給食当番の担当者以外は触りません。
- ★給食を取りに行くときは、人との間隔をあけて並びます。
- ★机や配膳台は衛生管理に努めます。
- ★食べる時は、全員が前を向いて静かに食べます。

ひと口ごとに… 噛んで健康！

私たちはものを食べる時、口の中で『噛む』動作をしています。噛むことには、食べ物を細かく・軟らかくして飲み込みやすくする、また胃での消化を助けるだけでなく、全身の活性化につながるいくつかの重要な働きがあります。

- 脳の働きを活発にする
- あごの筋肉や骨が発達する
- 味覚が発達する
- 肥満を防止する
- 唾液が多くなる（歯・口の病気予防）