

2月 給食だより



令和8年2月2日
目黒区立向原小学校
校長 畔柳 信之
栄養士 松澤あかね

寒い日が続いていますが、節分が終わると暦の上では春になります。早寝早起き、朝ごはんをしっかりと食べて、春を迎えられるといいですね。



しよく じ

食事のマナーを見直そう!

み なお

楽しく食事をするためには、食事のマナーを守ることが大切です。みんなで気持ちよく食事ができるように、食べる時のマナーを見直してみましょう。

よい姿勢で食べましょう

お箸の使い方に気を
つけましょう。



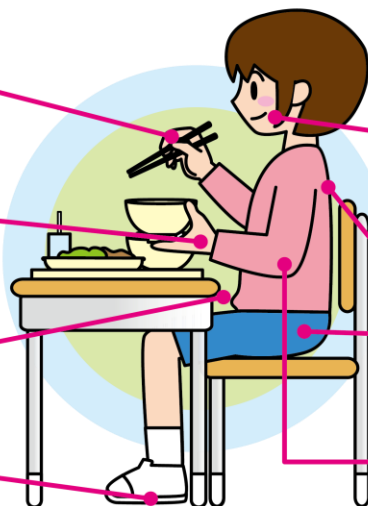
おわんや小さい器は手に
持って食べましょう。



机とおなかの間は握り
こぶ一つ分あけましょう。



足の裏は床につけましょう。



口をとじて、よくかんで
食べましょう。



×クチャクチャと音をさせない。

×食べ物を口いっぱい
詰め込み過ぎない。

いすに深く腰かけ、背筋を
伸ばしましょう。



机にひじをつかない
ようにしましょう。

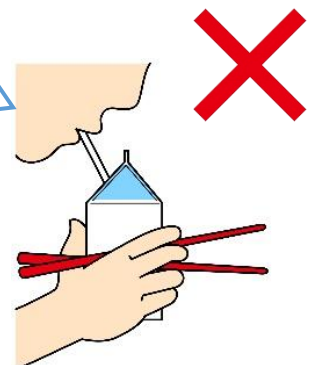


食事中に箸を使わない時は…

箸は手前に揃えて
おきましょう。



牛乳を飲む時は
箸をおきましょう



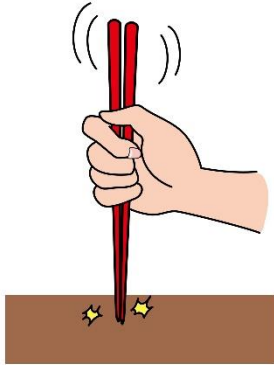


きゅうしよく

給食クイズ!



はし
箸のマナー、○? ×?



はし なが そろ
箸の長さを揃えるために、テーブルを使う



です。

はし なが そろ
箸の長さを揃えるために、テーブルで
はし なが そろ
箸先を突くのはマナー違反です。そんな時
は、片手で箸を水平に持ち、何も持ってい
ない手で箸の太い方を揃えて、長さを整
えます。



アレルギー疾患対応について

ほんこう
本校では、学校におけるアレルギー疾患への対応の手引き
(目黒区教育委員会 令和3年6月)に従って、アレルギー疾患
対応を行っています。いつでもご相談を受け付けておりますので、
ようごきょうゆ
養護教諭または栄養士までご連絡ください。



食物アレルギーへの理解を深めよう

しょうひしゃちょう
消費者庁では、重篤度が高く、症例
すう おお ひんもく
数の多い8品目を「特定原材料」として、
かこうしよくひん ひょうじ
加工食品などへの表示を義務付けていま
す。食物アレルギーのある人も、ない人も、
しょくひん
食料品を買うときには食品表示を確認するくせ
をつけておくといいですよ。

★特定原材料：8品目（義務表示）

えび	くるみ	たまご	にゅう乳
かに	こむぎ小麦	そば	らっかせい 落花生

★特定原材料に準ずるもの：20品目（推奨表示）

アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、
さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

