



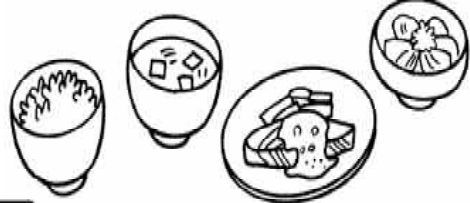
日立木小学校 平成29年度1月号

あけましておめでとうございます!

新しい年が始まりました。毎日の食生活を大切にして、この1年も健康で元気に過ごしましょう。「十分な睡眠」と「栄養バランスのよい食生活」で、かぜやインフルエンザを予防しましょう。

かぜの予防 5つのポイント

1 栄養バランスのよい食事を3食きちんととる



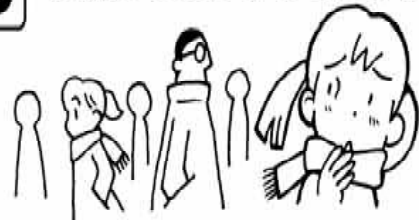
2 夜更かしをせず、十分な睡眠で生活リズムをととのえる



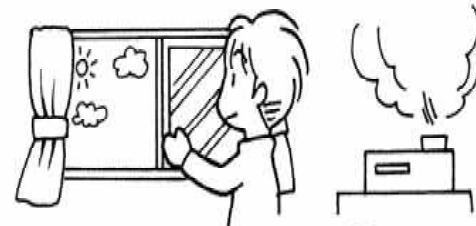
3 外で元気に遊び体力をつける



5 人混みをさけるようにする



4 室内の換気と温度・湿度の調節を心がける



うがい・手洗いも忘れずに行いましょう!



きゅうしょくだより



全国学校給食週間 1月24日から30日



学校給食は、明治22年、山形県鶴岡市の忠愛小学校で、お弁当を持ってこれない子どもたちのために、おにぎりとおかず（焼き鮭・漬け物）を出したことから始まったと言われています。

戦争中、食べ物が少なくなり、戦争の終わる頃には、ほとんど給食ができない状態で、戦後はごはんを食べずに学校に来たり、弁当を持ってこれない子どもがたくさんいました。そのことを知ったユニセフやララ（アメリカで日本人によって作られた団体）は、日本に脱脂粉乳や缶詰を送り援助してくれました。

これを記念して設けられたのが全国学校給食週間です。

学校給食の始まりやその歴史、給食に関わる人たちの苦勞、食べ物の大切さなどを知り、食生活を見直す1週間です。感謝の気持ちを持って給食をいただきましょう。

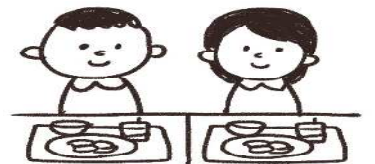


～交流給食のお知らせ～

日立木幼稚園のさくら組と日立木小学校の1年生の給食交流会を実施します

日時: 1月20日(金)

場所: 1年教室



* 幼稚園のさくら組さんは、初めての給食の体験を、1年生は、幼稚園児の給食のお世話をしたり、会食を通して互いに楽しい時間をもち交流します。