



# 給食だより

令和3年6月29日

東京都立町田の丘学園校長  
緒方 直彦

日ごとに増していく蒸し暑さに、夏の訪れを感じます。  
マスク生活にも慣れたとはいえ、やはり暑い日はつらいですね。  
周りの人と距離を取るときはマスクを外す、こまめに水分を取るなど、無理のないようにしましょう。

さて、もうすぐ待ちに待った夏休みです。休みが続くと、だらだらと夜更かしをしてしまったり、寝坊して朝ご飯を食べられなかったり生活リズムが崩れやすくなります。学校があるときと同じように、早寝・早起きを心がけて、朝・昼・夜の3回の食事をしっかりとることが大切です。



|  |   |  |
|--|---|--|
| <p><b>夏休みの食生活</b><br/>気をつけたい<br/><b>ポイント</b></p> | <p><b>な</b>んでも食べて<br/>丈夫な体<br/>をつくろう</p>        | <p><b>つ</b>め(冷)たいもの<br/>とり過ぎに<br/>気をつけよう</p> |
| <p><b>や</b>さい(野菜)を<br/>しっかり<br/>食べよう</p>         | <p><b>す</b>いぶん(水分)<br/>補給を<br/>こまめに<br/>しよう</p> | <p><b>み</b>んなで食事をする<br/>機会をつくろう</p>          |

## 今月の給食より

### ●5日(月) 那覇(沖縄県)の日

7月8日は7月(な)8日(は)の日です。給食ではこのことにちなみ、一足早い7月5日に沖縄で食べられている料理や特産物を使用します。

### ●7日(金) 七夕献立

7月7日は七夕です。七夕には、夜空に浮かぶ天の川や、織姫の紡ぐ糸に見立てて「そうめん」が食べられています。給食では、夜の星空をイメージして、星形の食材をいくつか取り入れます。楽しみにしていただきね♪

## ★9月欠食届の締切りについて★

負傷・疾病・ショートステイ等で欠食する場合は、欠食する日の前々週の火曜日までに欠食届を作成し、担任に提出してください。欠食届の様式はホームページから印刷するか、担任から受け取ってください。

いかなる事由(急な実習の中止・変更等を含む)においても期日を過ぎての取り消し・変更はできませんのでご注意ください。

