



1年生と一緒にみんな仲よく遊んでいます。

令和6年度 仙北市立白岩小学校 学校だより 令和6年5月10日 NO7

給食をおいしく食べています

毎日おいしい給食をいただいています。5月の献立表を見ると、仙北市野菜のアスパラガス、ほうれん草、小松菜を使っていることが分かりました。献立表の右側には、生活リズムを整えるために「起きたら、朝日を浴びる」「朝食をよくかんで食べる」「昼間は外で体を動かす」「食事は決まった時間に食べる」「早めに布団に入る」ことが載っており、大切であることも分かりました。さらに、学校給食の献立は、文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づき、栄養士が作成していること、不



食育コーナー

足がちなカルシウムやビタミン類を多めにとれるように食材や調理方法を工夫していることも書かれていました。

子どもたちは、毎日の給食を楽しみにしています。「今日は〇〇だ」「〇〇はおいそう」などと朝から話題にしている人もいます。1年生は「小学校の給食、めっちゃおいしい」と喜んでます。改めて食の重要性を感じています。どうかご家庭でも給食や食生活について話題にさせていただき、健康な体を



つくっていきましょう。そして、食事を作ってくれる方、食材を提供してくれる方、食材の命をいただくことに感謝して、これからもおいしく食べましょう。

体の調子どう？

5月9日に眼科検診を行いました。おおむね、よかったようですが、4月に行った視力検査では、視力が低下した児童もいました。この後、歯科検診等があります。内科検診を含め



保健室コーナー

て、治療が必要な場合は早めの診察をお願いします。子どもも保護者も今体がどんな状態なのか、確認して、健康な生活にしていきましょう。保健室前には、睡眠についてのお話があります。こちらも見てください。

いいねカードへのコメントお願いします

今年も「いいねカード」を使って、みんなのいいところを発見していきます。保護者のみなさまには、お手数をおかけしますが、家族の方から見た「いいね」をかいていただきたいと思います。本当にお忙しいのところですが、17日(金)まで配付した封筒に入れて、学級担任へご提出をお願いします。

来週の予定

- 15(水)交通安全教室 3年生以上自転車の準備をお願いします。
- 16(木)みんなの白岩農園 さつまいもの苗植えをします。体育着・長靴・ゴム手袋・帽子等の準備をお願いします。