

ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん  
1月24日～30日は「全国学校給食週間」です。

ことし きゅうしょくしゅうかん  
今年の給食週間のテーマは、「食べることは生きること」です。

きゅうしょくしゅうかん まいにち きゅうしょく  
給食週間は、毎日、給食ニュースを出しますので、ぜひ読んでください。

25日（月） **食べることの大切さ**

わたしたちの体は食べものからつくられています。そのため、食べることを欠かすことができません。“食べることは生きること”なのです。

26日（火） **栄養のバランスを考えよう**

食べものにはたくさんの栄養素がふくまれています。栄養素は、それぞれちがう働きをするので、どれも欠けてはいけません。

27日（水） **楽しく食べよう**

みなさんは、楽しく食事をしていますか。楽しい気分で食事をすると、よりおいしく感じられます。みんなが気持ちよく食事ができるように食事のマナーを守りましょう。

28日（木） **「いただきます」「ごちそうさま」は感謝の言葉！**

「いただきます」は、食べものに対して「大切な『いのち』をいただきます」という気持ちを表しています。「ごちそうさま」は、“わたしのために食事を用意してくれてありがとう”という感謝の気持ちを表しています。気持ちをこめてあいさつをしましょう。

29日（金） **もったいない！感謝して残さず食べよう**

「もったいない」という言葉は、物を大切にする日本人の心を表しています。食事が作られるまでに関わってくれた人々や食べものの「いのち」に感謝していただきましょう。

**「食べることは生きること」**

わたしたちは、食べものの「いのち」をいただいて  
体も心も健康になります。