

おいしい!の笑顔がふえますように



12月

令和7年度
長井市給食共同調理場
文責：佐竹 直子

今年も残りわずかとなりました。12月はお楽しみ会やクリスマス等楽しい行事がたくさんあります。
例年より早くインフルエンザが猛威をふるっていますね。お部屋の加湿と換気、バランスの良い食事と規則正しい生活で元気に新しい年を迎えましょう。

まさとじいじの読み聞かせ

土屋正人教育長さんが「まさとじいじ」として読み聞かせをしてくださっています。
じいじと絵本に合わせて歌ったり、一緒に読んで体を動かしたりととっても楽しそうです。今回の人気は「だるまん」シリーズでした。読み聞かせの後には一緒に給食を食べましたよ。



お友達いっぱい楽しいね

児童センター同士の交流で、遊びだけでなく給食も一緒に食べてくれています。
いつもと違う場所、お友達、先生方と刺激もいっぱいです。



冬至

22日は「冬至」で、1年で最も昼が短くなる日です。運がつくとして「ん」がつく食べ物を食べると良いと言われています。22日の給食には、ビタミンAが豊富な「かぼちゃ（なんきん）」と、邪気を払うと言われている赤い色の「小豆」を煮た「冬至かぼちゃ」（いとこ煮）、「ん」がつく食べ物は「カレーうどん」を提供します。

夜は血行促進・保湿効果のあると言われる「ゆず湯」に入って体を温め、風邪を予防しましょう。

