学校給食ニュース 第30号

令和7年11月発行

今月の注目トピック!

冬を元気に過ごそう！

今年も残りわずかになり、寒さが本格的になってきました。この季節になると、気温が低く乾燥し、インフルエンザなどのウイルスが流行し体調を崩しやすくなります。日頃から風邪に負けない身体づくりを心がけ、寒い冬を元気に乗り越えましょう!

風邪を引かないために

- 手洗い うがい
- 早寝 早起き
- 3食バランス よく食べる
- 適度に体を動かす
- 室内の換気をする
- マスクをつける

風邪を引いてしまったら？

発熱・寒気
水分やエネルギー源となるごはんや麺類を食べよう

鼻水・鼻づまり
温かい汁物や、ねぎ、生姜を食べよう

せき・のどの痛み
のどごしの良いゼリーやプリンなどを食べよう

下痢・吐き気
消化のよいおかゆや雑炊、スープを食べよう

今年の冬至は12月22日！

冬至は1年の中で一番、昼間が長く、夜が短い日です。

- ビタミンAが豊富なかぼちゃで風邪予防
- ゆず湯に入って体を温めよう
- 縁起のよい「ん」の付く食べ物を食べよう

中学校デリバリー給食ご利用の中学3年生の皆様

卒業時の給食費返金に伴う口座情報等の提供のお願い

卒業時に給食費の返金に関する報告の手続きが必要になります。
残高の有無に関わらず、「口座振込」「弟妹に充当」「現金返金（残高 1000 円未満）」
「残高なし（入金予定なし）」のいずれかを選択してください。

対象　中学校デリバリー給食予約システムに登録のある中学3年生の方
※対象者には学校を通じて封筒をお渡ししています。

回答方法

①【電子】電子による回答フォームからの回答
URL:https://logoform.jp/form/oWjU/1201069

回答期限 ： 令和7年12月5日（金）

②【紙】「給食費返金方法報告書」の提出による回答
申請書をホームページからダウンロード（片面印刷）または
中学校から用紙を受け取り、必要事項をご記入の上、ご提出ください。
口座振込の場合は通帳またはキャッシュカードのコピーを貼付してください。

回答期限 ： 令和7年11月28日（金）までに中学校へ

小学校・中学校（デリバリー給食実施校を除く）、義務教育学校の皆様

10月分の口座振替予定日は 12月 1日 月 です

振替日の前日までに口座の確認、入金等をお願いします。

小学校・義務教育学校前期課程	4,600円
中学校・義務教育学校後期課程	5,300円

※アレルギー、長期欠席、学級閉鎖、災害等により給食を食べなかった場合は、減額する場合があります。

残高不足で引き落とし不能が増えています！忘れずに入金をお願いします！