



カフェテリアだより

～カフェテリアよりビタミンI(愛)をこめて～

令和7年5月7日
県立水戸高等特別支援学校
保健安全指導部 食育指導係

新入生のみなさん、ご入学おめでとうございます。給食がスタートしています。安全安心で栄養バランスのよい、「おいしい食事」を提供していきます。残さず、感謝の気持ちをもって食事をするようにしましょう。

食事のマナーは、大丈夫？

- ☐ 姿勢は背筋をまっすぐに、きちんと座れていますか？
- ☐ ひじをついたり足を組んだりして食べていませんか？
- ☐ 食器を持たずに、顔を食器に近づけるような食べ方になっていませんか？

⇒姿勢が悪いと消化器官が圧迫されて消化が悪くなり、
消化器官に負担をかけてしまいます。
正しい姿勢で食べることは、見た目だけでなく、自分の体を労わった優しい食べ方になります。



入学おめでとうございます！

入学式の給食です！



たくさん食べて、元気に楽しく過ごしています！！