

# 冬号 給食だより

School lunch newsletter



## テーブルマナー教室を実施しました

沖縄高専では、12月20日、卒業生を対象に「テーブルマナー教室」を実施しました。

洋食のフルコースをお楽しみいただきながら「座り方」「ナイフとフォークの使い方」「グラスの持ち方」など基本的なマナーを講師より解説し、

学生様からも、活発にご質問をいただきました。

本内容が、卒業して社会で活躍される皆さまの一助になれば幸いです。



## 風邪対策とビタミン

身体の調子を整える機能を持つビタミン類。

ビタミンA、C、Eと一緒に摂取すると、それぞれの効果を高め合う相乗効果があるといわれています。



ウイルスや細菌の侵入を防ぐ  
喉や鼻の粘膜を  
強くする働きを持つ

うなぎ・レバー・かぼちゃ  
ほうれん草・人参など



ウイルスや細菌に対する  
抵抗力を高める

ブロッコリー・いちご・みかん  
じゃがいも・パプリカなど



強力な抗酸化作用があり、  
細胞膜から、活性酸素(※)  
を除去する

ナツツ・かぼちゃ・植物性油脂  
たらこ・アボガドなど

※過剰に発生した活性酸素は、細胞を傷つけ、疲労や免疫力の低下、老化の原因にもなると言われています。

### Point

これだけ食べれば風邪予防になる、といった食べ物も栄養素もありません。  
基本は「バランスの良い食事」で必要な栄養素を満たすことが大切です！



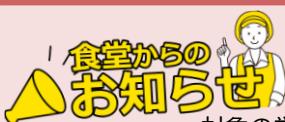
食堂より、「給食だより」を配信し、学生の皆さんにご覧頂いております！

保護者様からの  
ご意見・ご要望を  
お待ちしております

下記QRコードより  
アンケートフォームへの  
ご記入とご協力を  
お願い申し上げます



1月末日  
まで



## 12月に学生アンケートを実施しました！

12月22日から12月26日までオンラインにて実施をし

対象の学生様515名に対し、63名の回答(回答率12.2%前回28.2%)をいただきました。

今回は回答率12.2%前回の半分以下となってしまいました。年末の忙しい時期と実施が重なってしまったことお詫び申し上げます。  
今後も学生様の満足度向上、保護者様からの信頼向上のため定期的にアンケートの実施をお願いできればと思います。

満足度47.6%で前回の56.7%を下回っていますが  
全体の回答数が少なくなっていますので

1人の回答の影響が大きくなっていると考察できます。  
しかしながら真摯にうけとめ、より満足度の向上のため、  
今回いただいた意見を改善につなげてまいります。

満足度の高かった項目：接客・提供スピード

ご意見：メニューバラエティの豊富さへのご要望

⇒本社専任管理栄養士指導の高専人気メニューと栄養バランス  
がされた8週サイクルのメニューご提供を行ってまいります。

より良い食堂運営をおこなうため、定期的に寮生様へ食堂アンケートのご協力をお願いしております。

アンケートの結果や頂いたご意見は、学校様にもご報告し、食堂の改善、向上に繋げ、

貴校の食堂の改善・向上はもちろんのこと、弊社全体の取り組みにも繋げて参ります。引き継ぎ、どうぞ宜しくお願ひ致します。

