



食育だより ~4月号~

令和5年4月14日

No.1

山潟小学校

親子でお読みください。

毎月19日は

食育の日

ご入学・ご進級おめでとうございます

新しい年度が始まりました。学校の給食は、成長期のみなさんにとって必要な栄養がバランスよく含まれています。新しい環境で体調を崩すことがないように、何でも食べて体調を整えて元気に過ごしましょう。

新年度スタート!

給食では次のことをぜひ心がけてほしいと思います。

食事をするときは、とくに次の3つを忘れずに!

- ① 食べることへの感謝の気持ち
食べものを大切にしましょう。それが食べることへの感謝です。
- ② 食事のマナー
まわりのことを考えて、気持ちよく食事するにはどうしたらよいか気をくばりましょう。
- ③ バランスのとれた食事
病気にならないように、好ききらいをしないでなんでも食べましょう。

●こんげつのめあて●

給食の準備をきちんとしよう



給食当番では…



白衣に着がえる前に
トイレをすませ、手
をせっけんでしっかり
洗う。



マスクは鼻と口をしっ
かり覆い、帽子は髪が出
ないようにかぶる。



机の上をきれいにする。

下痢や発熱、腹痛など
ないか確認する。症状
のある人は当番を代わ
ってもらう。



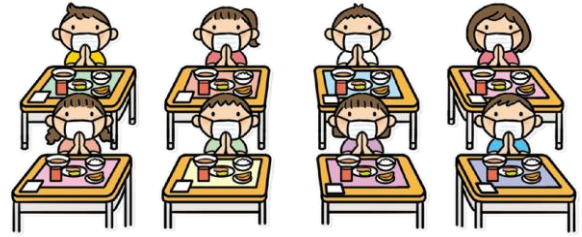
ひとりぶんりょうを
確認する。汁ものなどは、よく
かき混ぜながら盛り付
ける。



当番以外の人は…



手をせっけんで洗い、静かに着席する。給食当番が仕事をしやすいように協力する。



人を良くすると書いて「食」 ～学校給食の目標～

「人を良くすると書いて『食』」といわれます。「食」という漢字のそもそもの成り立ちとは違うようですが、食べ物や食べ方の大切さをよく言い当てたものだと思います。心身の健やかな成長を願い、学校教育の一環として行われる学校給食には、食を通じた人間形成や生きる力を育むため、次のような目標が定められています。

がっこう 学校 きゅうしょく 給食の もくひょう 目標



適切な栄養と味覚で、健やかな体と心を育む。



食べることの大切さや喜びを知る。



給食を手本に望ましい食べ方を学ぶ。



毎日の食事について、自分でも考え、判断して食べられるようになる。



いつも感謝の気持ちをもって食事をいただくことができる。



他人のことを考えて思いやり、学校生活を豊かなものにする。



食を通して地域の伝統や歴史を学び、食文化を未来に伝えていく。

毎月のおたよりや学校のホームページをとおして、食の情報や給食のおすすめメニューなどを紹介していきます。今年度も、「給食の時間が待ち遠しいな」と言われるくらいおいしくて、安全な給食が作れるように給食室のみなで力を合わせてがんばりますので、よろしくお願いします。

