



食育だより ~4月号~

入学・進級おめでとう



毎月19日は
食育の日

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。

食事をするときには、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
相手のことを考えて、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



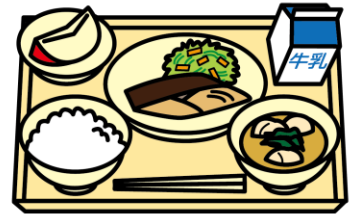
給食の決まり★食事のマナーを守りましょう

<p>給食の前に、机の上を片付けましょう。</p>	<p>手をきれいに洗いましょう。</p>	<p>給食当番は身支度を整え、健康チェックをしましょう。</p>
<p>協力して準備をしましょう。</p>	<p>全員の給食がそろったら、「いただきます」をしましょう。</p>	<p>姿勢よく、持てる食器は手に持って食べましょう。</p>
<p>食べ物は、食べやすい大きさにして、よくかんで食べましょう。</p>	<p>時間内に食べ終わるようにしましょう。</p>	<p>食器は大切に扱きましょう。</p>

「学校給食」は **生きた教材** です！



学校給食は、「学校給食法」に基づき実施されるもので、栄養バランスのとれた食事を提供することにより、成長期にある子どもたちの保持・増進を図るとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けさせることなどを目的としています。単なる食事ではなく、教育の一環に位置付けられています。



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で
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。

給食室より

今年度より新しいメンバーでスタートしました。下記のメンバーで安心・安全でおいしい給食を提供できるよう取り組んでいきます。よろしくお願いいたします。

○栄養教諭 丸山 未湖
○調理員 平島 優子
○調理員 森 恵子

○調理員 駒澤 ゆかり
○調理員 吉田 多美恵

