

入学前に知っておこう！ 学校給食の話



◆学校給食ってどんなもの？



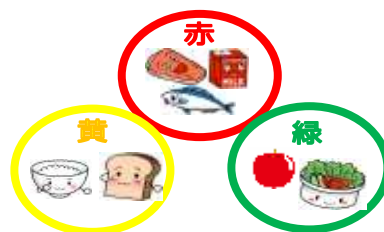
学校給食では、成長期の子どもの健康保持と体位の向上に必要な栄養素をバランス良く摂取できるよう、工夫しています。

基本的に、米飯が週に4回、パンが週1回の献立になっており、月に1回程度スパゲティなども出ます。また、牛乳は毎日出ます。

このほか、宇都宮市では地産地消に取り組んでおり、ご飯は宇都宮産のお米、パンは宇都宮産の小麦を使用するとともに、食材もできるだけ宇都宮で採れたものを使用しています。



成長期のお子さんが健康で元気に毎日を過ごせるように、栄養バランスのとれた、おいしい給食づくりを心掛けています。



◆給食時間の流れ

	児 童	給食当番の児童
準備 <u>15分</u>	・石鹸で手を洗う。 ・配膳台を拭く。 ・ランチマットを敷く。 ・着席して静かに待つ。 ・少人数で並び、各自給食を受け取り、席に着く。  	・体調の確認をして身支度を整える。（白衣・帽子・マスク） ・石鹸で手を洗う。 ・配膳室に行き、ワゴンを運ぶ。 ・給食を配膳する。 ・白衣を脱ぎ、座席に着く。  ※ 給食当番は白衣を共用します。週末持ち帰り、洗濯・アイロン掛けをして週明けに持たせてください。
食事 <u>20分</u>	・「いただきます」のあいさつをする。 ・食事のマナーを守って食事をする。 * 正しい姿勢と正しい食器の扱い方。 * 嫌いなものでも一口は食べる。 * よくかんで食べる。 * むやみに席を立たない。 * 大声で話をしない。 ・「ごちそうさまでした」のあいさつをする。    	
後片付け <u>10分</u>	・食器、ごみを片付ける。 ・牛乳パックを開く。（学級でまとめて洗い、乾かす）	・ワゴンを配膳室に戻す。 

◆入学前に身に付けてほしいこと

○時間内に食べられるようにしましょう。

給食を食べる時間は20分くらいです。
時間内に食べられるように、練習してみましょう。

○好き嫌いをなく食べられるようにしましょう。

給食では、いろいろな食材がいろいろな調理法で提供されます。何でも食べられるようにしておきましょう。

まずは苦手なもので、
一口は食べられるように…



～宇都宮市では食事マナーに 力を入れています～

- ・ 「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。
- ・ おはしを使えるようにしましょう。
- ・ 食器を正しく持って食べましょう。
- ・ 口に食べ物を入れたまま話さないようにしましょう。
- ・ 食べている途中で立ち歩かないようにしましょう。

ごはん給食の時は、はしで食べることがほとんどです。正しい使い方ができるように練習しましょう。



◆学校給食におけるアレルギー対応について

学校給食は、学校教育の一環として実施されているため、食物アレルギー等を有する児童に対しても可能な範囲内で対応しています。しかし、アレルギーの原因となる食品（アレルゲン）や症状は一人ひとり異なるため、誤った除去食・代替食を実施することは、適正な栄養が摂取できずに学童期における身体の成長に影響を与えるほか、意識喪失や呼吸困難などの重篤な症状に陥ることも考えられます。そのため、医師の診断・指示に基づき、正しいアレルギー症状の把握に努めながらアレルギー対応食を実施しますので、保護者の皆様のご協力をお願いいたします。

◇対応の流れ◇

食物アレルギーを持つ児童の調査

就学時健診の際に行います。

原因食品（アレルゲン）について

- ・ 疾病履歴（過去から現在までの医療機関受診状況等）
- ・ アナフィラキシーショックの有無
- ・ 給食における対応食の希望の有無

医師の診断

- ・ 医師の診断を受け、「学校生活管理指導表」（又は「診断書」）を学校に提出してください。

学校との面談

- ・ 指示書等をもとに、具体的な対応について話し合います。

アレルギー対応食同意書の提出

- ・ 成長とともに、アレルギーの症状にも変化が見られる場合があります。適切な対応を行うため、1年に1度は医師の診察を受けてください。

- ・ 給食の調理能力により、希望する全ての症状に対応することが困難な場合もありますのでご了承ください。