



食育だより

2024 年
4 月

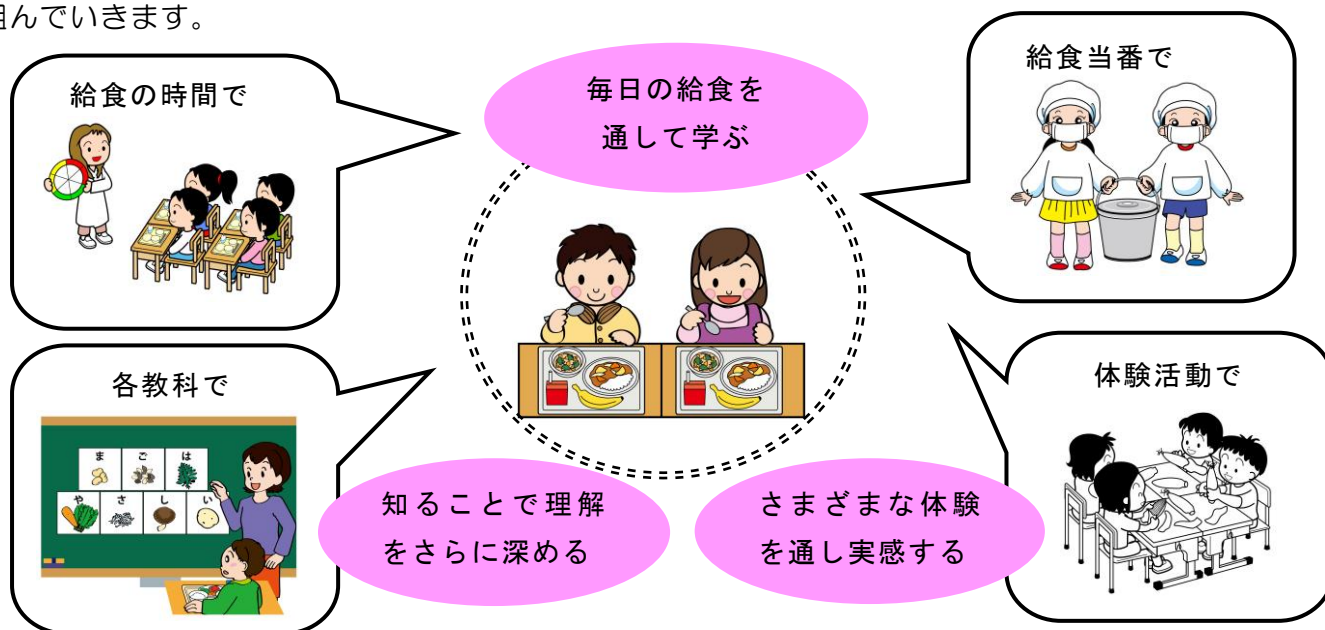
横川東小学校

暖かい春の日差しが気持ちよい季節となりました。希望と期待を胸に新学期がスタートし、学校の中はどこも活気に満ちています。そんなみなさんを応援して、心と体の健やかな成長を支えていくために、今年度もおいしくて安全な給食を届けていきたいと思います。



学校における食育

食育とは、知育・徳育・体育の基礎となるもので、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を身に付けて、健全な食生活を実践できる人間を育てることです。学校では、食育の中心である給食の他、各教科・総合的な学習の時間・特別活動と連携し、学校教育活動全体を通じて食育に取り組んでいます。



学校給食は、学校給食食事摂取基準（1回の給食に必要な栄養量）や食品構成（どんな食品をどれだけ食べるか）が定められ、献立の構成は「主食＋主菜＋副菜＋牛乳（＋デザート）」を基本にしています。

また、「選択給食」「なかよし給食」「お弁当の日」をはじめ、郷土料理や外国料理などを取り入れ、伸びざかりの子どもたちの体を育み、心の糧にもなれるよう、年間を通して食育の推進に努めていきたいと思っています。

今年も給食調理業務委託会社（一富士フードサービス）でおいしく調理します



給食調理業務を担当してくださる業者は「（株）一富士フードサービス」です。

「安全でおいしい給食」を心をこめて調理します。11名で頑張ります。よろしくお願いします。

給食について・当番について ～お知らせとおねがい～

給食費

- お預かりした給食費は、全額食材料費として使われます。施設設備費・燃料費・人件費・洗剤などの消耗品費は、市費でまかなわれています。
- 年間総額の給食費を11回に分けて徴収しています。給食費が未納になりますと、食材の安定した購入ができず給食運営等に支障をきたします。未納のないようにご協力をお願いいたします。
- 病気などで長期欠席が見込まれる場合は、速やかに担任までお知らせください。申し出後、係(栄養教諭)が受理した日から2日後より起算し、連続7日以上(土・日を含めず)の欠席の場合は返金の対象となります。

学 年	月 額	年 額	1食単価
1・2年	4,500円	49,500円	255円
3・4年	4,600円	50,600円	260円
5・6年	4,700円	51,700円	265円

給食当番の白衣

- 給食当番の白衣は、その週の当番児童が週末に持ち帰ります。
- 洗濯をし、滅菌のためのアイロンがけをおこなって、週明けに学校に持ってくるようお願いいたします。



献立表の活用

- 毎月、献立表・食育だよりを配付します。(メール)
- 今年度も食育の観点から、選択給食・行事食・各地の郷土料理や旬の食材をとり入れた献立、卒業バイキング給食、教科等と関連した献立などを提供していきます。ぜひ、ご家庭でも話題にしてください。



給食当番

- クラスのみんなが食べるものを配っているという自覚をもちましょう。
- 衛生に気を付けて、安全に給食当番の仕事をしましょう。
(爪を切る・長い髪の毛はまとめる)



石けんで手をよく洗いましょう



- よごれたままの手で食べ物を食べることは感心しません。
- 食事前の手洗いは、かぜや食中毒を防ぐためにとても効果的です。

「いただきます」「ごちそうさま」

- 食べ物となった動物や植物の命、そして、食事を作ってくれた人への感謝の気持ちを表しましょう。
- 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしっかりとしましょう。



苦手なものも、ひと口挑戦！

- 子供の時期はいろいろな味に親しむための大切な時期です。きっと新しいおいしさに出会えると思います。
- 成長期に必要な栄養をしっかりととりましょう。



「ばっかり食べ」にならないように

- 「ばっかり食べ」は栄養に偏りがでやすくなります。料理とごはんの味を口の中で重ねて、味の変化を楽しむのが日本の伝統的な食べ方です。
- おかずと主食(ごはんやパン)は交互に食べ、「ばっかり食べ」にならないように注意しましょう。



