

食育だより 4月

中津川市・東白川村
食と文化の館

にゅうがく しんきゅう ご入学・ご進級おめでとうございます

いよいよ新しい学年での生活がスタートしました。給食は準備から食事、片付けまでの実践を通して、望ましい食習慣と食に関する実践力が身に付くようになります。子供達の健やかな成長のために、安心・安全でおいしい給食を作ります。



がっこうきゅうしょく 学校給食は教育活動の一環として行われています。食育の観点を踏まえ、7つの目標が定められています。



がっこうきゅうしょく 学校給食 7つの目標



適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること

健康の保持増進!



日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことが出来る判断力を培い、望ましい食習慣を養うこと

望ましい食習慣!



学校生活を豊かにし、明るい社会性及び共同の精神を養うこと

社交性と協同の精神!



食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境保全に寄与する態度を養うこと

自然の尊重!



食生活が食に関わる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと

感謝の心!



我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること

食文化への理解!



食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと

社会のしくみを理解!



「学校給食法」より

今月の県内産品

こめ 米 ・ だいず 大豆 ・ こめこ 米粉 ・ こむぎこ 小麦粉 ・ きゅうにゅう 牛乳 ・ こまつな 小松菜 ・ だいこん 大根 など

給食当番の準備のポイント



☆ 給食当番はクラスみんなが楽しみにしている給食を、安全で衛生的に準備をする大切な役割があります。身じたくや手あらいをしっかりと行い、協力し合って責任をもった活動をしましょう。



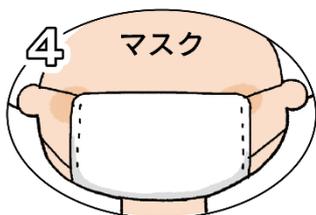
1 つめ
つめが伸びている人は
短く切っておきましょう。



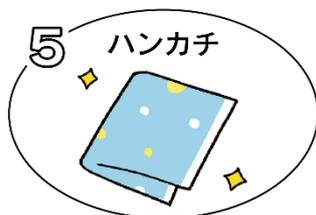
2 白衣
清潔な白衣をきちんと
身につけましょう。



3 帽子
髪の毛が出ないように
帽子をかぶりましょう。



4 マスク
マスクは口と鼻が隠れ
るようにつけましょう。



5 ハンカチ
給食用の清潔なハンカ
チを用意しましょう。



6 手洗い。
石けんを使って十分な
手洗いをしましょう。

けんこうづくりコーナー

子どものころから、大人になっても健康で暮らせるように、健康教育のお手伝いをします。

このコーナーでは、毎月旬の食材を紹介し、その野菜を使った給食のメニューを【作ってみましょう♪】に掲載していきます。

食育だよりを通して、食に関する
知識や地域の食材、食文化などを
お伝えしています。
毎月発行しますので、
ぜひご覧ください。



ぼくは、日本高血圧学会
減塩キャラクターの「よし
おくん」です。
【作ってみましょう♪】の
コーナーで「減塩ポイン
ト」を紹介していきます。



減塩キャラクター
「よしおくん」