



# 4月 食育だより



http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/

## 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。学校給食は、栄養バランスのとれた食事です。子どもたちの健やかな成長を支えるとともに、以下のようなさまざまなことを学ぶ教材となるものです。地域でとれる新鮮な食材を取り入れ、安全や衛生に配慮しながら、心を込めておいしい給食作りに努めてまいります。



## 目指せ！給食マスター

### 給食当番のお仕事編

<b>身だしなみを整えましょう</b> 	<b>協力して準備をしましょう</b> 	<b>1人分を考えて丁寧に盛り付けましょう</b> 	<b>汁物は底からよくかき混ぜ、具を均等にのばしましょう</b> 
-------------------------	-------------------------	-------------------------------	--------------------------------------

### 給食等を通して学び、身に付けたいこと (食育の視点)

<b>食事の重要性</b> おいしいね 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。	<b>心身の健康</b> 健康！ 心身の成長や健康の保持増進の上で、望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。	<b>食品を選択する能力</b> 牛乳、魚、野菜、豆腐、米 正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。
<b>感謝の心</b> 感謝の心 食べ物に感謝する心をもつ。	<b>社会性</b> 社会性 食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。	<b>食文化</b> 食文化 各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。

出典：文部科学省「食に関する指導の手引—第二次改訂版—」(H31.3)

## 保護者の方へ 学校給食に関するお知らせ

毎月、献立表を配布します。ご家庭での食事作りの参考にするなど、活用ください。また、給食で初めて食べた食品でアレルギー症状が出るケースがありますので、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に食べてみることをお勧めします。



給食着の洗濯 にご協力をお願いします。

### 当番以外の準備編

<b>机の上はきれいに片付けましょう</b> 	<b>換気をして空気を入れ替えましょう</b> 換気 	<b>手をせっけんできれいに洗いましょう</b> 	<b>「いただきます」をするまで、席で静かに待ちましょう</b> 
----------------------------	-----------------------------------	------------------------------	--------------------------------------

### 給食の食べ方編

<b>よい姿勢で食べましょう</b> 	<b>口をとじて、よくかんで食べましょう</b> 	<b>立ち歩いたり、友達が嫌がる話をしたりするのはやめましょう</b> 	<b>時間内に食べ終わるようにしましょう</b> 
------------------------	------------------------------	---	------------------------------

### 後片付け編

<b>食べ終わったら、席で静かに待ちましょう</b> 	<b>食べ残しはそれぞれの食缶に戻しましょう</b> 	<b>食器類は種類ごとにきちんと重ねてカゴに戻しましょう</b> 	<b>協力して後片付けをしましょう</b> 
--------------------------------	--------------------------------	--------------------------------------	---------------------------