

4月 食育だより



令和6年4月8日(月)
 港区立高松中学校
 校長 中山 幸子
 栄養士 島田 理香

ご入学・ご進級おめでとうございます

うらかな春の日差しのもと、ピカピカの新入生を迎え、新年度が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。4月は、新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て、朝食をしっかりと食べてから登校することが大切です。

今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願い致します。



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、机の上をきれいにしましょう。</p>	<p>手をきれいに洗おう。</p>	<p>給食当番は身支度を整えよう。</p>
<p>友だちと協力して準備しよう。</p>	<p>全員の給食がそろったら「いただきます」をしよう。</p>	<p>姿勢よく、食器は手に持って食べよう。</p>
<p>よくかんで食べよう。</p>	<p>時間内に食べ終わるようにしよう。</p>	<p>食器は大切に扱おう。</p>

目指せ! 給食マスター

- ぼうしにかみのけをきちんと入れる
- マスクははなまでおおう
- はくい 白衣はせい清けつに
- つめをみじかくきる
- 手をせっけんできれいにあらう

「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健康の保持・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、右側の7つの目標を達成することを目指しています。



- 栄養バランス
- 食の種類や特徴
- 感謝の心
- 食料の生産・流通・消費
- ふるさとの食文化
- よりよい人間関係の形成
- 食事の喜び・楽しさ
- 世界の食文化
- 食に関する知識・理解・関心
- 日本の伝統行事と行事食

学校給食の目標 (「学校給食法」第2条より)

- ①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- ②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できる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- ③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- ④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の保全に寄与する態度を養うこと。
- ⑤食生活が食にかか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。
- ⑥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。
- ⑦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。