

# 給食だより

## 5月

舞鶴市立吉原小学校

## 「食育」で“生きる力”を身につける。

「食べること」は、『生きるため』に欠くことができないものです。

健康で心豊かな生活を送るためにはとても大切なことで、子どもの頃の食生活は、その後の心身の成長に大きな影響を与えます。

「食育」とは、様々な経験や学習を通して、生きるために必要な「食」に関する基本的な知識や、生涯にわたって健康的な食生活が実践できる力を育てようとするものです。

### ～学校での食育は～

学校では給食の時間を中心に、家庭科、生活科、総合的な学習の時間、その他の教育活動全体の中で計画し、食育に取り組んでいます。



### 具体的には・・・

- みんなで楽しく食べる時のマナーを学んで社会性を養います。
- 毎日の給食から、栄養のこと、感謝の気持ち、いろいろなことを学びます。
- 給食当番の活動から衛生のことや安全のことを学びます。



### ご家庭でも・・・

食育は家族そろって食事をする機会を多くしたり、子どもに食事の支度や後片付けのお手伝いをさせたりして関心を持たせることから始まります。

将来、生活習慣病などを心配しないで、「食」が楽しめるように、今から「食育」を意識できればと思います。

# \* 5月11日(金)に給食試食会をしました \*

## 給食試食会の流れ

- 1、開会
- 2、給食準備(12:30~12:45)：2F 多目的ルーム
- 3、教室移動、子どもたちと一緒に給食(13:10まで)
- 4、食器片付け、返却(13:10~13:15)
- 5、学校給食の説明(13:15~13:40)：4F 音楽室
- 6、給食試食会についての交流
- 7、閉会

## 当日の献立は・・・

- ・ココア揚げパン
- ・ポパイサラダ
- ・ポークビーンズ
- ・牛乳



学校長より、食事のあいさつ『いただきます、ごちそうさまでした』の成り立ちや意味についての話があり、前田栄養士からは、学校給食の説明、食卓と子どもの成長の密接な関係についての話がありました。

平日にもかかわらず、お忙しい中、多数の方が参加してくださり、お世話になりました。保護者の方の真剣に話を聞き入る姿が印象的でした。

アンケートにもたくさん記入していただき、ありがとうございました。今後の参考にさせていただきます。ともに学び、家庭や学校、地域の方々と連携して子どもたちの成長を見守り、支援していきたいと思ひます。

## ～アンケートから～

- ・家では野菜をよけて残している時がある。給食では、しっかり食べていたので、家でも残さ(れ)ない工夫をしていきたい。
- ・ココア揚げパンを初めて食べ、大きくてびっくりしました。時間内に食べるのが大変でしたが、おいしかったです。
- ・家でナッツ類を使い料理することがなかったので、ポパイサラダは参考になりました。子どもと食べる給食はうれしかった。
- ・みんなで机を囲んで楽しく食べられたのでよかった。苦手な食べ物でも、がんばって食べている姿が見られたので、ちゃんと食べれるんだなと安心しました。
- ・短い時間で子どもたちが一生懸命食べていた。もう少し時間があると、ゆっくり食べることができ、良いと思う。
- ・食べている量やスピードがわかって良かった。時々、給食だよりにいくつか給食レシピをのせてほしい。
- ・食べてみて、すごくおいしかったし、子どもが好きっていうのがわかった。いつも給食表を見ては毎日楽しみにしています。
- ・量が多かったです。ほうれん草はおひたしぐらいしか使わないので、ポパイサラダを家でもしてみようと思ひます。
- ・子どもと教室で一緒に食べられるのはとてもいい。一年生のときに比べ、さっさと食べられるようになっていて成長を感じた。
- ・自分が小学生の頃、歯みがきタイムがあり音楽が流れみんなでみがいていたので、歯みがきも大事にしていきたい。
- ・これまでご飯給食だったのでパン給食は新鮮だった。よく噛んで食べるようおかずに工夫してあり、味付けもうす味で家庭でも真似しようと思ひた。
- ・魚の食べかたや魚料理などを見たい。
- ・前田先生の話がためになり、響きました。



吉原小学校ホームページに  
毎日の給食写真を載せていま  
す。ぜひ、一度ごらんください。



ここをクリック！

