

たのしい食育

※このおたよりは、食に関する情報を載せていますので、お子さんと一緒にご覧ください。

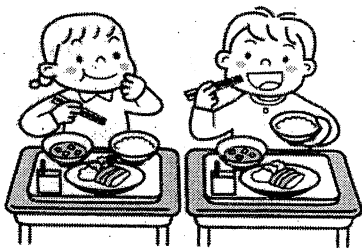
令和3年4月
編集・発行
福知山市学校給食会
学校給食センター
(小学校)

ご入学・ご進級おめでとうございます。

春の暖かな日差しの中、新入生を迎え、新年度が始まりました。新しい環境での生活に希望が満ちあふれているのではないのでしょうか？

さて、12日より給食も始まりました。今年度も「たのしい食育」をお届けします。献立表とともに活用いただき、ご家庭での食育にお役立てください。

学校給食について

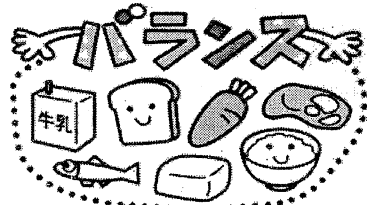


学校給食は、栄養バランスのとれた食事を子供達に提供することにより、健康の保持増進、体位の向上を自指しています。

また、栄養補給だけでなく「生きた教材」として、給食時間をはじめ、各教科や特別活動などにおいても活用され、食育を推進していく上で中心的な役割を担っています。

～給食では、こんなことを意識しています～

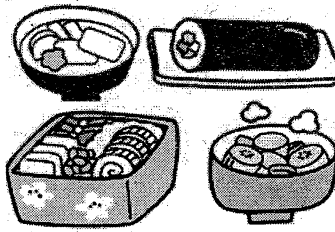
栄養バランス



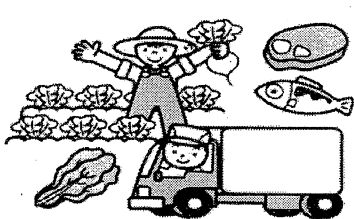
魅力のある献立



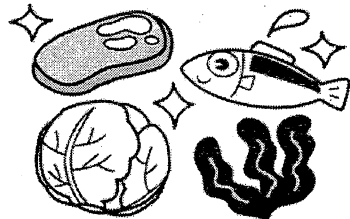
行事食や郷土料理の伝承



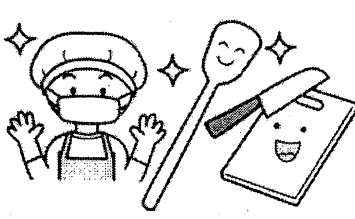
旬の食材や地場産物の活用



食品の安全性



衛生的な調理

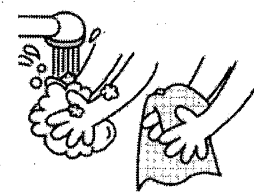


給食の約束

学校給食は、ただの“昼ご飯”ではなく、食べ物や栄養、食事のマナーなどを学ぶ場でもあります。給食の約束を守って、反だちや先生と楽しい給食時間を過ごしましょう。

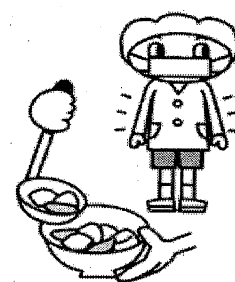
◇手をきれいに洗おう。

石けんを使って、ていねいに洗い、きれいなハンカチでふきましょう。また、最後にアルコール消毒もしましょう。



◇給食当番の仕事をやります。

給食当番の人は、きちんと身じたくを整えて、配膳しましょう。

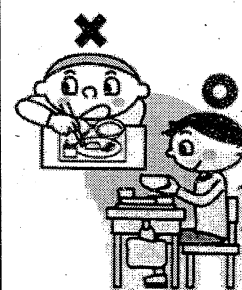


◇感謝の気持ちを込めて、食事のあいさつをしよう。



食べ物の命や、作ってくれた人などに感謝の気持ちを込めて、「いただきます」や「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。

◇姿勢をよくして、食べよう。



背すじを伸ばし、食器は手に持って食べます。ひじをつかずにまっすぐ脛を向いて食べましょう。

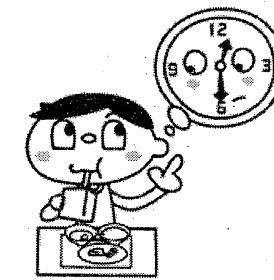
◇苦手な食べ物でも、一口は食べてみよう。

食べたことが無い物や苦手な物も、まずは一口食べてみましょう。



◇時間を守ろう。

食事中は、食べることに集中しましょう。また、時間内に食べ終わるように、考えて食べましょう。



当番以外の人へ

当番以外の方は、給食を受け取る前に手を洗い、アルコール消毒したら、立ち歩いたりせず自分の席に座り、静かに待ちましょう。

