

# 食育だより



令和5年  
4月号

(毎月19日は食育の日) 横浜市立本牧南小学校 学校長 中村 宏 栄養教諭 西村美智子

元気いっぱいの1年生を迎え、新年度が始まりました。学校給食は、子どもたちが栄養バランスのとれた食事を先生やクラスの仲間と一緒に食べながら、心のふれあいの中で健やかな成長を願い、さらに大切な食文化、望ましい食習慣やマナー、社交性や助け合い、自然の恵みや働く人への感謝の気持ちを育むことをその目標にしています。本年度も安全でおいしい給食を目指していきますので、ご理解とご協力のほど、何とぞよろしくお願いいたします。

## がっこう 学校での「食育」

食育はご家庭や地域との連携を図りながら、学校全体で推進していくことが学習指導要領においても示されています。学校での食育は以下の6つの視点から行われています。

食事の大切さ、喜び、そして楽しさを知る



健康を保つための自己管理能力を身に付ける



正しい知識、情報をもとに食品を選ぶ力をもつ



食べ物を大切にし、かかわる人々に感謝する



マナーや思いやりの気持ちなど社会性を育む



地域の産物や伝統的な食文化を知り、未来に伝える



# しんねんと 新年度スタート!



入学、進級おめでとうございます。新しい学年、何をするにも健康が一番。よく体を動かし、好ききらいをせずに1日3回の食事をしっかり食べ、夜ふかしをせずに十分な睡眠をとって、健康な体を作っていきましょう。



きゅうしょくじかん いしき  
給食時間で意識すること



きゅうしょく た 食べる前には手をせっけん  
でしっかり洗ってください。



「いただきます」「ごちそうさ  
ま」のあいさつは感謝の  
気持ちをこめてしっかりする



た 食べ終わったら食器をきちんと  
かさ 重ね、はしは向きをそろえて返し  
てください。  
のこ 残ってしまった  
ものなどは  
きまりを守つ  
て集めて戻し  
てください。



きゅうしょくとうばん ひと はくい  
給食当番の人は白衣をきち  
んと着ましょう。髪の毛が出  
ないようにぼうしをしっかり  
かぶり、マスクもきちんとつ  
けてください。



できるだけ、好ききらい  
をしないで、苦手なもので  
もひと口挑戦してみてください。  
みなさんには、いろ  
いろな料理や食べ物のおい  
しさをたくさん知ってもら  
いたいです。



きゅうしょくじつ  
給食室

から

こんねんと  
今年度もよろしくお願いいたします

今年度も7人の調理員と、栄養教諭 西村で衛生管理につとめ、安心、安全、そしておいしい給食づくりに努めてまいります。給食運営に必要な経費には、食材料費はもちろんですが、消耗品費、光熱水費、人件費などもあります。保護者のみなさんには、その中の食材料費のみを「学校給食費」としてご負担いただいております。



## 4月の献立について

◎春を感じられるように、旬の食材を取り入れました。

(さわら・キャベツ・みつば・晩柑)



◎初めて給食を経験する1年生が食べやすく親しみやすい献立を取り入れました。

(ツナそぼろ・肉じゃが・生揚げのそぼろに・魚のフライ・ペンネミートソース・ポークカレー)



## 本牧南小学校独自献立について

〇20日(木) ごはんが食べやすいように「手作りごましお」をつけました。

〇21日(金) オレンジゼリー → 県内産の旬のくだもの「しらぬひ」に変更します。

〇24日(月) ミックスフルーツ → 「手作り甘夏みかんゼリー」に変更します。



☆一か月を通して、こまつな・キャベツは横浜市内産のものを横浜農協より納入してもらいます。

## 本牧南小学校の給食について

【献立について】



・横浜市教育委員会で決定した基準献立で行っています。本牧南小学校の特色を生かしたり行事を考慮したりして独自献立をおこなうこともあります。

【食材】

・基準献立に合わせて、よこはま学校食育財団を通して安全で良質な食材を購入しています。

【調理】

・学校の給食施設を使い、民間業者（寿食品）に調理を委託しています。

調理作業は栄養士の指示に従い、横浜市で決められた安全・衛生マニュアルに沿って行われます。

【給食指導について】

・給食の時間は「給食」を教材とした食育の指導時間でもあります。食育は生きる上での基本であり、さまざまな経験を通して「食」に関する知識と「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を営むことができる子どもたちの姿をめざしています。よって、給食は多種類の食品を使用し、さまざまな料理を提供しています。子どもたちにとって初めて出会う味や食感に戸惑うことがあると思います。6年生で卒業するまでにいろいろな食べ物や料理が食べられることをめざして指導をしていきますのでご家庭でもご理解、ご協力をいただけるようお願いいたします。

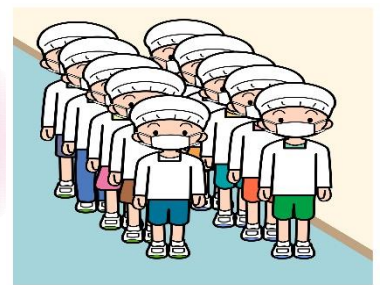


# 引き続き安全・安心な給食実施のためのご協力をお願いします!

感染拡大を防止して子どもたちに安心しておいしい給食を食べてもらいたいと給食室

ではスタッフ全員で細心の注意をはらい調理をしています。

ご家庭にも感染から子どもたちを守るために引き続きご協力をしていただきたいことがありますのでどうぞよろしくおねがいします。

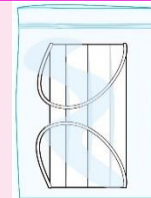


給食配膳時は、全員が給食白衣と帽子を着けて行きます。金曜日には、ご家庭にも持ち帰りますので洗濯とアイロンかけ（熱による消毒）をおねがいします。



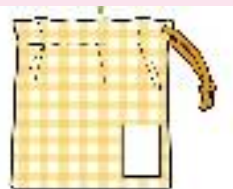
髪どめやゴムがあると帽子がかぶりやすいです。

給食手洗い用



給食用マスク

口や手を拭く  
食事用



ハンカチは給食用（毎日洗濯したもの）を持たせるようお願いいたします。