

食育だより



令和6年
4月号

大田区立中萩中学校
校長 石川貴美子
栄養士 大貫 優子

給食目標：身支度を整えて食事をしよう

今年度もよろしくお願ひします！

令和6年の中萩中小学校の給食を担当します。栄養士の大貫優子（おおぬき ゆうこ）です。今年度、大田区立大森第五小学校から異動してきました。給食の献立は、季節や料理の種類、調理の方法などを考えながら立てています。好きなものはもちろん、苦手なものも一口は食べましょう。みなさんからのメニューやレシピのリクエストも待っています。今年度もよろしくお願ひします。

給食も勉強です

みなさんが毎日楽しみにしている給食がいよいよ始まります。給食はクラスの仲間や先生といっしょに食べて、そのふれあいの中で心や体の健康を育てていく大切な時間です。大きく分けて6つのめあてがあります。

① 食の大切さを知る



食べることの喜び、楽しさを学びます。

② 心の健康を育てる



望ましい食べ方を知り、実践する力を身につけます。

③ 食事を選択する能力を育てる



正しい情報から品質や安全性を自分で判断する力を身につけます。

④ 感謝の心を育む



食べ物や食事に関わる人へ感謝して食事をします。

⑤ 社会性を育てる



食事のマナーを守り、食事を通して豊かな人間関係を築きます。

⑥ 食文化を知る



郷土料理や世界の料理を通して歴史や食文化を学びます。



給食の身支度はバッチリ？

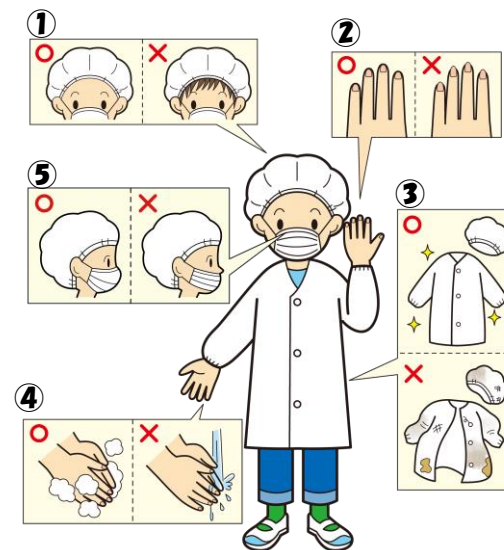
さあ、給食が始まりました。給食前の身支度はしっかりできていますか。手にはばいきんがたくさんついています。よごれた手でさわった食べ物を口の中に入れるとお腹をこわすことがあります。給食の前は手あらいをしっかりしましょう。また給食の時間はランチオンマットを机の上に出して静かに座わって準備をしましょう。

◎ 給食当番さん、準備はできたかな？

- ① 帽子からかみの毛が出ていませんか？
- ② つめは短く切ってありますか？
- ③ マスクから口や鼻が出ていませんか？
- ④ 清潔な白衣や帽子を着ていますか？
- ⑤ 石けんを使って手を洗いましたか？

★お腹の調子が悪い、気持ちが悪いなど体調が優れない時は必ず担任の先生と相談をしてください。

★白衣は週末に持ち帰って次の人のためにせんたくをしましょう。



～保護者のみなさまへ～

今年度もご家庭と給食の連携をお願いいたします。

学校給食は栄養バランスの良い給食を提供することはもちろんのこと、「安全で安心できるおいしい給食」を提供するために給食室一同努めて参ります。今年度も給食民間委託業者は「(株)ジーエスエフ」に委託されました。子どもたちに安全な給食を食べってもらうためにはご家庭での協力が不可欠です。週末には当番の子どもは白衣を持ち帰ります。洗濯と滅菌のためのアイロンがけをお願いします。また、給食では全員で準備、後片付けをします。ご家庭でも積極的にお手伝いをさせてあげてください。

★ 毎月のおたよりに目を通してください



給食を話の糸口に学校での様子も聞けます。

★ ご家庭を食育の場にしてください



子どもたちが学んだことをご家庭の食事の時間にも実践させてください。