

# しよく いく 食育だより 4月



藤沢市立羽鳥小学校 給食室 2026.4

ご入学・ご進級おめでとうございます。新年度が始まり、少しずつ新しいクラスにも慣れてきたころかと思ひます。給食室も栄養士、調理員ともに新しいメンバーも加わりましたが、「安全で安心のおいしい給食」を継続して提供していけるように努めてまいります。

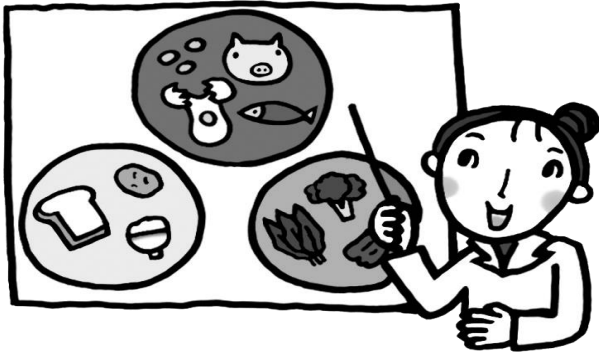
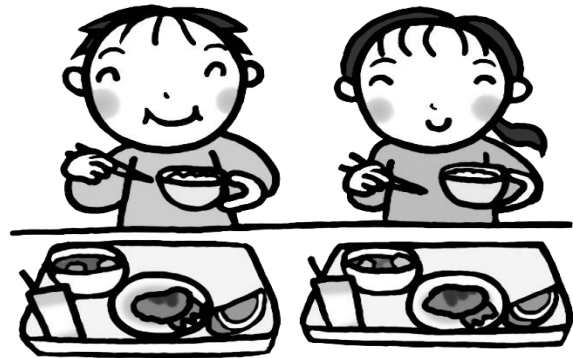
1年生も20日から給食がスタートしました。給食は毎日食べることで子ども達の体の発育に役だっていきます。好き嫌いは多かれ少なかれだれにでもありますが、苦手なものでもほんの少し(最初はおはしで持つだけでもいいです)、お友達といっしょなら食べられるかもしれません。少しずつ好き嫌いが少なくなるようにチャレンジしてもらえたらと思ひます。

## がっこう 学校における食育とは

食育とは、知育・徳育・体育の基礎となるもので、さまざまな体験や学びを通して「食」に関する正しい知識と自ら選択できる力などを身に付けて、健全な食生活を将来にわたって実践できるような人に育てていくことです。学校では、食育の中心となる給食のほか、各教科はもちろん、総合的な学習の時間、道徳、特別活動と連携し、学校教育全体を通して食育に取り組んでいきます。

## しよくいく まな 食育で学ぶこと

- ・食事の重要性
- ・心身の健康
- ・食品を選択する能力
- ・感謝の心
- ・社会性
- ・食文化



今年度も子どもたちの健やかな成長を願い、食育に取り組んでいきます。ご理解とご支援をお願いいたします。子どもたちへの食育では学校だけでなく、家庭や地域の方からのご協力が欠かせません。ぜひ一緒に食事や健康のことについて考えていきたいと思ひます。どうぞよろしくお願ひいたします。

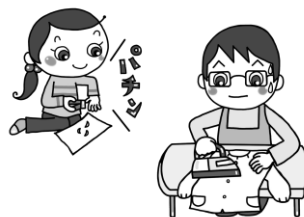
## かてい きゅうしょく れんけい ねが ご家庭と給食の連携をよろしくお願ひいたします

かてい しよくいく じっせん ば  
ご家庭を食育の実践の場にしてください



はしの持ち方、配膳、食べ方、献立の考え方など、学校で食育として伝え、子どもたちが学んだことをご家庭でもぜひ継続して実践させてください。

きゅうしょくとうばん きょうりょく ねが  
給食当番へのご協力をお願ひします



ハンカチ、つめ、マスク着用など衛生管理にご協力をください。また給食当番の週の後には、白衣等の洗濯、アイロンかけによる滅菌をお願いいたします。

# ふじさわバランスストリオを紹介します



★藤沢市の学校給食では食品の赤、黄、緑のキャラクターとして「藤沢市バランスストリオ」をつくりました。小学校給食では食品に含まれる主な栄養素の働きによって3色に分けてバランスをお話しします。児童がわかりやすくバランスのよい食事を学べるようにと「ふじさわバランスストリオ」は考案されたものです。学校の掲示物や授業、そしておたよりなどに活躍しています。

「こんだてよていひょう」にも活用しております！  
 バランスストリオがどこにいるのか…  
 ぜひ探してみてください！

## 今年もおいしく給食がスタートしました

20日(月)からは1年生もはじまりました!



食育啓発冊子

## 「大切です！食生活」



QRコードを作成しましたので、ぜひご覧ください

食習慣は、子どものころの習慣がその後に大きく影響します。生涯にわたり、健康に生活していくことができるようになるためには、子どもに対して食に関する指導の充実を図り、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけさせることが重要となります。

学校では学校給食を生きた教材として活用し、食に関する指導を行ってきました。子どもの望ましい食習慣の形成のために、「大切です！食生活」を作成しています。子どもたちを健全な食生活に導くために、ご家庭でも活用していただければ幸いです。

