

食育だより 2025.4 明治小学校

元気いっぱい1年生を迎え、新年度がスタートしました。アスを見に行くと、新しい教室、新しい環境の中で、少し緊張しつつも、ほらほら様子が見えます。みんな子どもたちの心と体の健やかな成長を支えていくために、給食室一同力を合わせて、安心・安全なおいしい明治小の給食を届けていきたいと思っております。今年度も給食へのご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

学校給食の目標

学校給食は、学校での教育活動の1つに位置づけられています。子どもたちが、食を通してさまざまな事柄を学び、望ましい食習慣や社会性などを身につけられるよう、以下のような目標が定められています。

<p>がっこう 学校 きゅうしょく 給食の もくひょう 目標</p>	 <p>適切な栄養と味覚で、健やかな体と心を育む。</p>	 <p>食べることの大切さや喜びを知る。</p>	 <p>給食を手本に望ましい食べ方を学ぶ。</p>
 <p>毎日の食事について、自分でも考え、判断して食べられるようになる。</p>	 <p>いつも感謝の気持ちをもって食事をいただくことができる。</p>	 <p>他人のことを考えて思いやり、学校生活を豊かなものにする。</p>	 <p>食を通して地域の伝統や歴史を学び、食文化を未来に伝えていく。</p>

食育は、学校だけでなく、家庭でも行うことができます。お父さんやお母さん、お兄さんやお姉さん、お友達と一緒に、食の大切さやおいしさを感じ、食育の大切さを伝えていきたいと思います。

今年度の明治小の給食は私たちが作ります!!

毎日7名の調理員で約950人分の給食を作ります!

- 調理員
- 森谷 美子
 - 石原 文恵 (大塚)
 - 村山 幸子 (徳島)
 - 権名 志帆
 - 瀨島 志保
 - 釜井 直子
 - 押本 穂子
 - 小島 祥子
 - 小倉 美奈
 - 佐藤 貴枝子
 - 小沢 萌子

栄養教諭 松下 香代子 & パクヤワ



いつも笑顔で子どもたちのために、おいしい給食を作ります!!

毎月の献立表には、いろいろな情報がつまっています!!



栄養価のらんにご記入してあるのは、エネルギー、たんぱく質、脂質、塩分の4項目です。もっと詳しく知りたい方は、栄養教諭までここに記入してあるのは4年生の値で、1~3年生はもう少し少なく、5、6年生は多くなっています。

ひまわり	まひるのこころ	あまのこころ	あまのこころ	栄養価	たんこ
ごはん	おにぎり	おにぎり	おにぎり	エネルギー	1年生給食開始
2月	カレーライス	フルーツあえ	ぎょうにゅう	たんぱく質	明治小全校が
				脂質	おしほ!!
				塩分	おしほ!!
					おしほ!!

おもしろい給食の説明など、その日によっていろいろの情報あり!! 話せる話をする!!

ぜひ覚えてほしい!! 三色の食品分類です!

給食では、必ず毎日三色の食品がそろっています。この食品は何色の人中間なのか? 働かば? 毎日の給食や、食の授業の中でお話していますが、献立表には必ず記入してありますので、毎日欠かすことなく見ること、少しでも覚えられれば、いいですね。

「今日の給食は何かな?」「今日の給食おいしかった?」こまごまの会話が、家庭でも交わされていたらいいですね。自然に食に関心をもてるよう、給食を食卓での話題の1つにしてもらえたら、と思います。

給食のこぼれ、食のこぼれ、何かありましたら、気軽に栄養教諭、松下までお声がけください!!

1年生の給食、始まりました～♪

先週、14～17日に「給食、てこなものがびるよ!!」「お当番は...」
 「牛乳の飲み方とかたづけ方を勉強しよう!!」と、給食開始直前の事前指導と
 行いました。こうして迎えた本番当日!! ちびと緊張したり、ゆくゆくとドキドキ
 しながら、ついには始まりました～♡



めいめいおしいよ

「ご飯をまそう」 あずがしいよね～♡

入口でまずあいさつ!

1ねのくお
 いただきます!



「ごんを押し
 いきます



「あかりしたいんこ?」
 「はあ〜はい!!」



あかりほいよ!!

「やった!! おかっ♡」



運入もきろろ

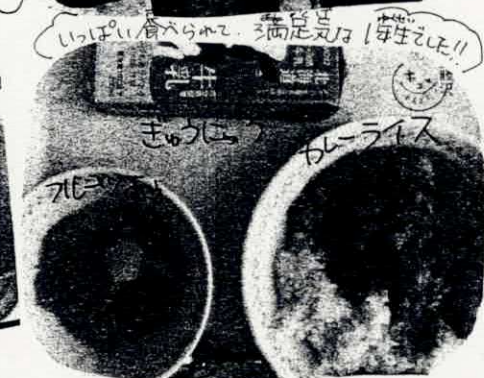
「白い
 白紙をたたき」
 下にあかす。空中之一本につけ
 たたきものは、ながなが
 すすい、つろ



しすしす 運びます



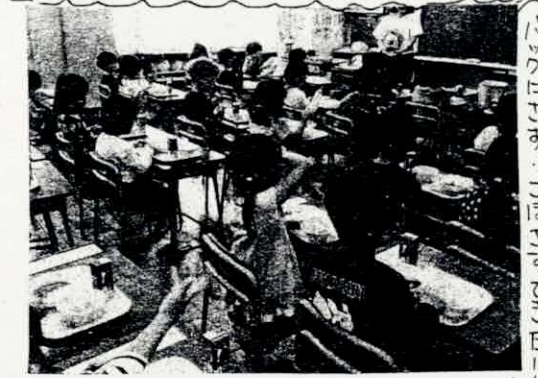
どのクラスも、一度はあかりがんにあまら♡



いっぱい食べられて、満足だね! 1年生は!!

「いただきます」
 食べる方の説明を聞いて...

ちびと
 あまら...



まずは
 ストーリーを
 読んでから
 いただきます!!



お当番さんは「マスマ」も必ず
 孫くるようお願ひします!!

食育啓発冊子 大切です! 食生活



食習慣は、子どものころの習慣がその後大きく影響
 します。生涯にわたり、健康に生活していくことができる
 ようにするためには、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。

QRコードを作成
 しましたので、
 見てください!

