

# きゅうしょくだより 高砂小学校 2025年4月

ご入学、ご進級おめでとうございます。元気いっぱいの1年生を迎え、新しい年度がスタートしました。今年も給食を通して子どもたちの心と体が健やかに成長していけるようサポートしていきたいと思っておりますのでどうぞよろしくお願いたします。

## 給食の食材について



給食の食材は安全性など、市内の小学校で統一した考えのもとで選定し使用しています。選定では毎学期市内の栄養士が集まり、よく見て触って食べてしっかりと選んで入札し、落札した業者から食品を卸してもらっています。

青果は市場からその日の朝に納品されます。バナナ以外は国産で、地場産物の使用もできる限り心がけています。献立表で「かながわランチ」「ふじさわランチ」と載せていない日も地場産物が入ることは多々あるので子どもたちへ随時お知らせしていきます！

また、出汁やスープについては食品本来の味を引き出すため化学調味料は使用せず、鶏や豚のガラ、けずり節、昆布、煮干し、野菜などを煮出してとっています。塩分を控えてもうま味が感じられると満足感が違います。薄味でも美味しいと感じられる味覚を育てていけたらと思います。

## 給食費について



給食費はすべて食材料費として使っており、光熱費や人件費、施設維持費などは藤沢市の税金で賄われています。徴収額を年間通して平均化するため、1年分の食材料費を11か月で分割してお支払いいただいています。

## 高砂小学校の給食室メンバー



栄養士：高崎亜美  
調理員：兼坂あゆみ、渡邊千寿子、岩崎美代子、上辻まみ子  
本藤奈巳子、森田葉子、粟田香

交代で勤務する方もいるので、毎日6人で約700人分の給食を作ります！「誰か」ではなく「〇〇さん」が作ってくれた給食と知ってもらえらるともっと美味しく感じたり大切に食べようという気持ちも生まれると思います。ぜひ高砂小給食室メンバーのことを覚えてください♪

## 食育～学校給食と家庭の両輪で～

給食は学校での食育教材の核です。食育にふさわしい献立になるよう考えられた給食を小学校6年間で1000回以上「準備し、友達と一緒に食べ、片付けをする」ことで知らず知らずのうちにも様々なことを学び吸収してくれていると思います。ですが、食育は学校だけですべてを行うことはできません。子どもの食べる力が身につくよう、ご家庭でも気を配っていただきますようお願いいたします。

### きょう きょうしつく はな 今日給食について話そう



献立表をご家庭の見やすい場所に張りだして、ぜひ毎日話題にしてください。気になったレシピは、栄養士にお気軽におたずねください。

### かてい ひくたく ご家庭での食卓では…



食べ物に携わる多くの人や事に感謝して食べる大切さを、折に触れて話してあげてください。

苦手なものでも、一口の挑戦を！

ながら食べを避けると会話が増えて楽しい時間にもなると思います。忙しい日々かと思いますが食卓を囲み会話をしながらご飯を食べるという時間を大事にしていきたいです。



### た 食べることに集中できる時間を



給食では決まった時間で食べ終わるよう指導しています。「ながら食べ」をなるべく避け、集中できる雰囲気作りを心がけてください。

### た つた せつぱんてき お手伝いは積極的に



給食では全員が当番となり、準備や後片付けをします。子どもは食べ物や食事に興味津々です。ご家庭でもぜひお手伝いを積極的にさせてあげてください。

## 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まいりました。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。

調理員募集中！詳しくは学校給食課までお願いします。電話 0466-50-8247



食育25年4月





