

# 食育たより

令和4年4月号

龍郷町立学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます！

元気いっぱいの新入生を迎え、新年度がスタートしました。  
本年度も安全でおいしい給食づくりをめざしますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

## 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、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



## ◆ 龍郷町立学校給食センターの紹介 ◆

平成16年9月から、それまで9つの学校でそれぞれ作っていた給食をセンターでまとめて作り、各学校へ届けるようになりました。

献立について・・・和食が基本です。地場産物を多く使うようにしています。

**ごはん** 県内産あきほなみを使用。9月には秋名米も登場します。通常1釜約6kgの米に1割の麦を加え、9釜炊きます。麦ごはんにすると、不足しがちな食物せんいを多くとることができるので、ご家庭でもぜひどうぞ。めん類と組み合わせるときは米の量を減らします。

**おかず** 材料はほとんど手切りです。煮物など、多い時は150kg程の材料を切ります。主菜はスチームコンベクションオーブンやフライヤーを使い、焼き物、揚げ物、蒸し物等の料理を作ります。和え物は、ゆでた野菜を真空冷却機にかけて冷やし、温度管理を行って提供します。

**牛乳** 毎日つきます。カルシウムの要求量が大い小中学生にとって、重要な食品のひとつです。都心の県酪から、毎週月・水・金曜日の朝センターに届きます。学校別に数えてコンテナ車で給食と一緒に配送します。中学生は6月～10月の期間、250ccの牛乳になります。

**パン** 笠利の北斗パンで作ってもらいます。当日焼きでふわふわです。年間20回の計画です。菓子パンは主食として不向きなので給食では出しません。ご家庭でおやつとして食べてください。

### 食物アレルギーへの対応

現在、医師の指示により家庭でアレルゲンを除去している場合、給食でも対応いたします。

学校給食は教育の一環であり、単なるお昼ご飯ではありません。  
食べることを通して、子どもたちに知ってほしいことがあります。

- ・ 自分の体は自分が食べたものでできあがるということ
- ・ 食べることは簡単ではないということ

食べ物はみな命。人は食べ物という命を育て、命をいただき、自分の命をつなぎます。  
食べることを大切にしないのは、自分の命を大切にしていないのと同じです。  
命を大切に子どもに育つよう、家庭と給食が協力して食育をすすめていきましょう。

毎日の給食の写真を龍郷町のホームページに掲載しています。トップページから「小学校・中学校」のページに入り、給食センターの「きょうの給食」をご覧ください。給食の料理を家でも作ってみたいときはお問い合わせください。ホームページや献立表にもレシピを載せたいと思います。