

# 給食だより

令和4年度 4月号  
氷見市学校給食センター

◇毎月19日は、「食育の日」です。家族で食生活について考えてみましょう。

新年度が始まりました。学校給食は、子どもたちが栄養バランスのとれた食事を先生やクラスの仲間と一緒に食べながら、心のふれあいの中で健やかな成長を願い、さらに大切な食文化、望ましい食習慣やマナー、社交性や助け合い、自然の恵みや働く人への感謝の気持ちを育むことをその目標にしています。本年度も安全でおいしい給食を目指していきますので、ご理解とご協力のほど、何とぞよろしくお願いいたします。



## 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



## ◆氷見市学校給食センターの給食について

氷見市学校給食センターで調理した給食を各学校へ配送しています。

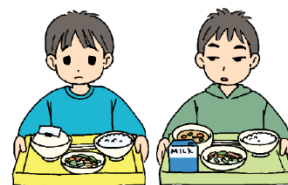
<p>ごはん</p>	<p>★週4回(月・火・水・金曜日)</p> <p>米は市内産の富山米「富富富」を使い、給食センターで炊飯します。カレーライスの時は、麦入りのご飯になります。また、季節や行事にちなんで、混ぜご飯やピラフ等も取り入れています。</p>
<p>パン</p>	<p>★週1回(木曜日)</p> <p>無漂白の小麦粉を使用しています。コッペパン、はちみつ入りコッペパン、米粉入りパン等が出ます。年1回は、揚げパンの実施を予定しています。</p>
<p>おかず</p>	<p>煮物、焼き物、揚げ物、蒸し物、和え物、炒め物、汁物とバラエティに富んだ料理を心がけています。家庭では摂取しにくい食品(魚介類、豆類、海そう類、種実類など)や不足しがちな栄養素(ミネラル・ビタミン)を多くとれるよう、工夫しています。また、毎月13日前後を「ひみの日」として、地域でとれた食材等を使った献立を実施しています。市役所の農林畜産課や生産者、青果業者と連携して、積極的に地場産の野菜を使用しています。</p>
<p>牛乳</p>	<p>★毎日</p> <p>成長期の児童生徒に必要なたんぱく質やカルシウムがたくさん含まれています。そのため、給食に毎日1本(200ml)ついています。</p>

## 食物アレルギーについて知っておいてほしいこと

昨年度に引き続き、卵アレルギーの除去食を行います。除去食は、専用の容器を色の違うトレイにのせて渡されます。食物アレルギーは、時には命にかかわることもあるので、クラスみんなで気を付けるようにしましょう。

食物アレルギーは好き嫌いとは違います

好き嫌いやわがままとは違います。食物アレルギーのある人の気持ちになって考えてみましょう。



アレルギーのある人はできないことがあります

ふれたり吸い込んだりするだけで症状が出てしまうことがあります。牛乳のリサイクルや配膳台のそうじなど、学校生活の中でできないことがあります。



さまざまな症状があります

アレルギーの症状はさまざまです。アレルギーのある人がつらそうにしていたり、食べた後、自分に何か変わったことが起きたら、すぐに先生に知らせましょう。

