

# 食育 だより

令和5年4月

西海市立江島学校給食共同調理場

## にゅう がく 心しん きゅう ご入学・ご進級おめでとうございます

〈保護者様〉

学校給食は、栄養バランスのとれた食事で子どもたちの健やかな成長を支えるとともに、以下のような様々なことを学ぶ教材となるものです。学校では、この6つの視点から子どもたちに学んでほしいことを、1か月に1度、給食時間に5分程度の指導をしています。また、給食には地域でとれる新鮮な食材を取り入れています。安全や衛生に配慮しながら、心をこめておいしい給食作りに努めてまいります。



きゅうしょく とお まな み つ 給食等を通して学び、身に付けたいこと (食育の視点)



**食事の重要性**

おいしいね

食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。

**心身の健康**

健康!

心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。

**食品を選択する能力**

正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。

**感謝の心**

食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。

**社会性**

食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。

**食文化**

各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。



〈生徒の皆さんへ〉

春休み中、規則正しい生活ができましたか？中には夜遅くまで起きていて朝寝坊をしたり、食事を適当にすませている人はいませんか。これからまた勉強、運動、行事と忙しい日々が始まります。生活リズムが崩れると、元気が出ないだけでなく、学力や運動能力の低下にもつながってしまいます。毎日規則正しい生活を心がけ、元気に1学期を過ごせるようにしましょう。

