



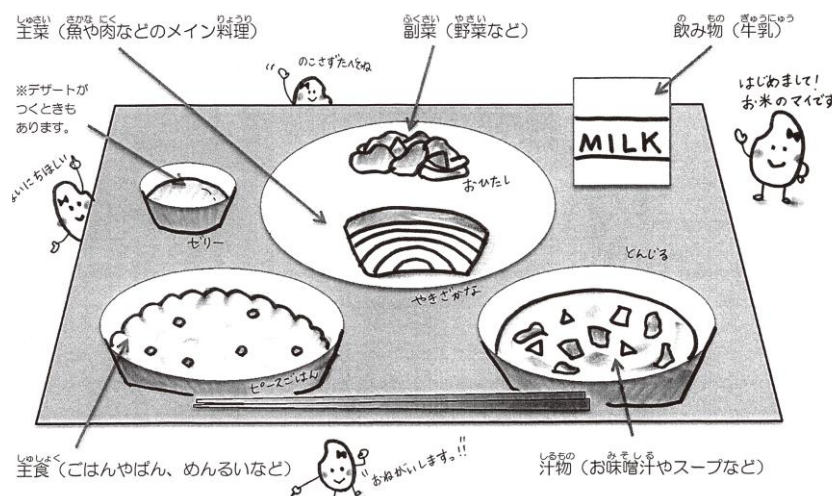
4月 給食だより

平成29年4月10日
水上村学校給食センター

子どもたちの元気な笑顔と共に、新学期が始まりました！希望や期待で胸がいっぱいでしょう。学校生活を充実させていくためには、何よりも健康が大切です。1日3回の食事を好き嫌いせずにしっかり食べ、睡眠をきちんと取る習慣をつけましょう。

学校給食では、安全や衛生に配慮し、栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期の心と体の発達を支えていきたいと思っています。

1年間よろしくお願ひいたします。



給食のおたよりについて

① 給食献立表

毎月1回配布しています。給食の献立名と使用する食材名・エネルギー・たんぱく質量を記入しています。毎日チェックしていただき、朝・夕の献立と重ならないよう配慮をお願いします。

② 給食だより

毎月1回配布しています。給食のことだけでなく、食についてお知らせしたいことや食事のマナーなど、身につけてほしいことなど書いています。

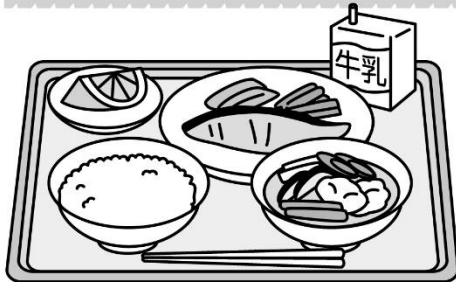
③ くまさんだより

人吉球磨や熊本県の地産地消や郷土料理の紹介をしています。食文化や食べ物を作ってほしい献立の紹介をしています。(5月～2月に発行します。)

* 給食のきまりや、献立のことなど「食」について書いています。ご家族のみなさんで読んでいただけると嬉しいです。

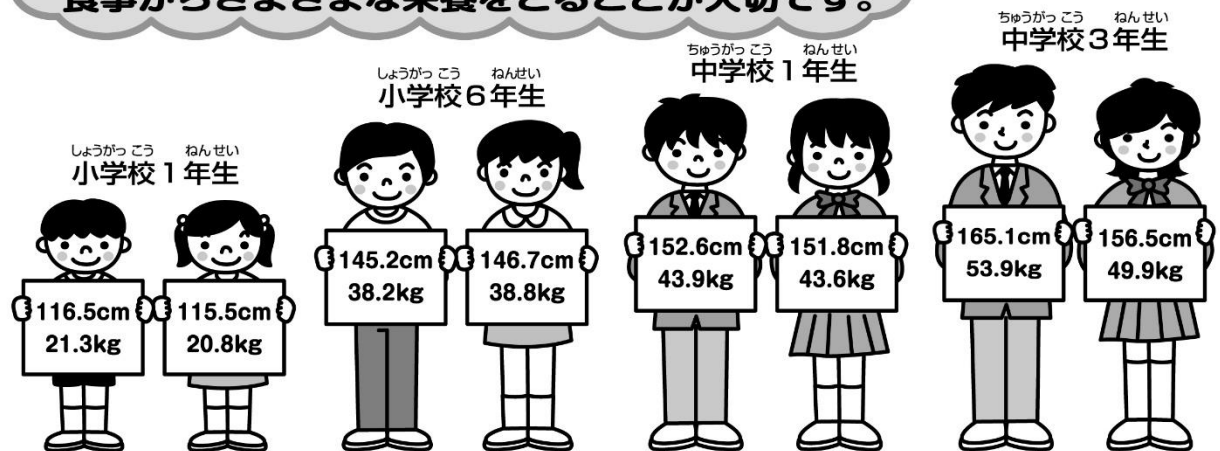


学校給食の役割 — 学校給食は「生きた教材」です。



学校給食は、学校で食べる“食事”ということだけでなく、栄養バランスのとれた豊かな食事で、成長期にある子どもたちの健康の増進、体位の向上を図ることはもちろん、将来にわたって健康な生活を送れるように、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるための教材となるものです。

心身ともに大きく変化していく成長期。
食事からさまざまな栄養をとることが大切です。



※数字は、上が身長・下が体重の平均値（文部科学省「平成 27 年度学校保健統計調査」より）

学校給食を通して学ぶこと

1 楽しく会食すること ● 食事のマナー ● 会食を通して人間関係を深める	2 健康によい食事のとり方 ● 栄養バランスのよい食事 ● 日常の食事の大切さ
3 食事と安全・衛生 ● 安全で衛生的な食事の準備や後片付け ● 食中毒予防 ● 自分の健康	4 食事環境の整備 ● 食事にふさわしい環境づくり ● 衛生的な盛り付け ● 環境や資源に配慮
5 食事と文化 ● 郷土食や行事食 ● 地域の食料の生産・流通・消費	6 勤労と感謝 ● みんなで協力して自主的に活動 ● 感謝の気持ち