

給食だより 4月号

令和8年 4月 7日 神流町学校給食共同調理場

※おうちの人と一緒に読みましょう。

今月の給食目標：給食のきまりを守ろう

新年度がスタートしました。学校給食は、楽しく食べながら友だちや先生とのコミュニケーションを図ったり、食べ物の名前や栄養素の働き、食品の組み合わせ方などを学習したりする場です。自分の健康を守る食事について、食べながら学ぶのが学校給食です。

今年度も、このお便りを通して皆さまの健康に役立つ情報をいろいろお伝えしたいと思います。

★学校給食のねらい★

子どもたちが生涯健康に過ごすために、望ましい食習慣を身に付け、自ら食生活を管理することができるようになることを目指します。



☆給食では、こんなことに気をつけて献立をたてています☆

- 衛生面に配慮して安全な給食を提供する。
- 食生活の現状をふまえ、不足しがちな栄養素を充実させる。
- 生活習慣病予防を意識した献立作りをする。
- 行事や季節感のある献立や手作りを積極的に心がける。
- いろいろな食材を使用し、食体験を豊かにする。
- 地場産物を積極的に取り入れる。
- リクエスト、セレクト給食などを実施して、食への関心を高める。



★おうちの方をお願いしたいこと★

1. 食事の時はテレビを消すなどして食べることに集中させてください。
2. 食事マナーを身に付けさせてください。
3. 食べものの大切さを教えてください。
4. 食事のお手伝いをさせてください。
5. **朝食は必ず食べさせてから登校**させてください。



朝ごはんをかたらず
食べてね。



※昨年度の食生活アンケートで朝食を食べないことがある子どもの割合が小学校で約28%、中学校で約36%でした。朝食は1日の元気のみなもとです。まずは何か食べやすいものだけでも良いので、全員が毎日朝食を食べる習慣をつけてほしいと思います。

食事は健康を保つために重要です。成長期にある学校生活の中で、給食を通して望ましい食習慣を身に付けてほしいと思います。食べものの嗜好や食べる量には個人差がありますが、家庭と学校で同じ歩調で食育をすすめて行けたらと思っています。楽しい食卓で良い食習慣を身に付けましょう。

考えよう！子どもたちの食を。学校と家庭、そして地域で。