

児童・生徒のみなさん、ご入学、ご進級おめでとうございます。これから1年間「食」について楽しく学んでほしいと思います。「食育だより」では、給食のこと、調理実習のこと、栄養学習など児童生徒の活動内容をお知らせしていきます。「食べることは、生きること」につながる食育学習を計画・実施していきたいと思っております。よろしくお祈りいたします。

給食



献立表には、食材をお肉や魚は赤グループ、パンやごはんは黄グループ、野菜やくだものは緑グループの3つに分けて書いています。献立メッセージでは、その日の献立の目的や食材についての栄養や特徴、地場産物やマナーのことなどをお知らせしています。給食は、食べて「おいしい!」とか「にがてだから食べたくない」というだけでなく、食に関する話を詳しく知ることができる時間であることを知ってほしいと思います。

給食当番の白衣は、家には持って帰りません。各学部に洗濯担当係がいます。

調理



子どもたちが台所に立ち、食材に触れ、食事を作ることは、食への関心が高まり、にがてな食べ物を克服するための有効な手段です。また、だれかと一緒に調理をしたり、だれかのために食事を作ったり、自分の健康を考えた食事作りなど調理をする目的は様々です。小学～高等部まで同じメニューを調理しても目的がちがいます。先輩や後輩、友達と仲よく食事をしたり、コミュニケーションをとる方法として、とても大切な活動です。木曜日の「生活」の調理活動には、クラス、個人別にいろいろな目的があります。

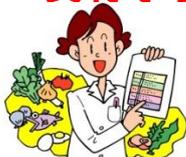
調理実習で気をつけること。

- エプロン、バンダナは必ず持つてくること。
- 風邪をひいていたり、おなかの調子が悪い時は、調理をはじめる前に担任の先生に報告すること。
- 使ったエプロンは、その日のうちに持って帰って必ず洗濯をすること。
- 調理は、カーテンやブラインドを開けて、明るい部屋ですること。



(4/12 高等部1.2F 合同調理実習)

食育学習



- 出前授業（調理の基本や魚のさばき方などプロの方に直接指導してもらえる機会を作っています）や栄養のこと、健康のことを学習します。
- 家庭でのようすの聞き取りやアンケート調査などをお願いすることもあります。ご協力よろしくお祈りいたします。

4月の給食目標

給食の配ぜん

デザートは、左上

ごはんは、左側

「給食の約束を守ろう」

野菜やお肉

牛乳は、右上

お汁は、右側



箸の細い方は、左側

手あらいについて

手には、見えないバイキンがたくさんついています。ランチルームに食事に行く時、調理実習の前、給食当番の手あらいは、特にていねいに洗ってください。せっかきれいに手洗しても、爪が伸びているとバイキンがいっぱいで、爪は短く切っておきましょう。



保護者の方へ

例年お祈りしていることですが、調理実習に使うエプロンやバンダナは、身にあったものを用意してください。エプロンのサイズが合わなくて、タスキが肩からすべり落ちてきている人、小さくて動きにくそうな人、後ろでひもが結べないのでそのまま調理をはじめってしまう人などを見かけます。いずれも調理中に気になって集中できなくなる人や火の側に立っているときに「あぶない!」と思うこともあります。学校へ持たせる前に家で試着して、サイズの確認や後ろで結べない人には、前で結べるようにひもを長くするなど、児童生徒がなるべく自分で身支度ができるように工夫、調整をお願いします。

