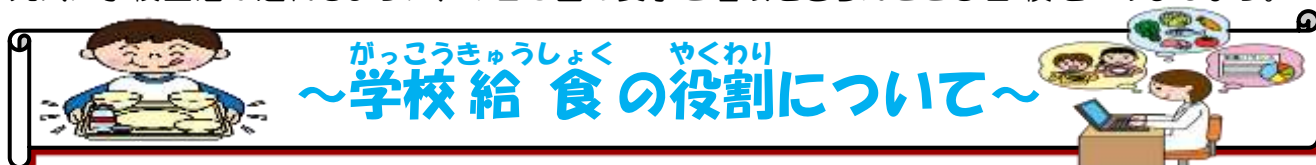


食育だより 4月号



ピカピカの^{しんじゅうせい}新入生を迎えて、^{あた}新しい1年が始まりました。^{いま}今までと^{かんきょう}環境が変わり、^{きたい}期待とやる気に満ちあふれている半面、^{はんめん}知らず知らずのうちに、^しストレスや^{つか}疲れをためやすい時期です。^{げんき}元気に^{がっこうせいかつ}学校生活を送れるように、^{いち}1日3回の^{しょくじ}食事と^{すいみん}睡眠をきちんと^{しゅうかん}とる習慣をつけましょう。



^{がっこうきゅうしょく}学校給食は、^{がっこう}学校で^{しょくじ}食べる食事ということだけでなく、^{えいよう}栄養バランスのとれた^{ゆた}豊かな^{しょくじ}食事です。^{せいちょうき}成長期にある子どもたちの^{けんこうぞうしん}健康増進、^{たいい}体位の^{こうじょう}向上を図ることはもちろん、^{しょうらい}将来にわたって^{けんこう}健康な^{せいかつ}生活を送れるように、^{しょく}食に関する^{ただ}正しい^{ちしき}知識と^{のぞ}望ましい^{しょくしゅうかん}食習慣を身につけるための^{きょうざい}教材となるものです。

学校給食を通して学ぶこと



1 楽しく会食すること <ul style="list-style-type: none"> ● 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 <ul style="list-style-type: none"> ● 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 <ul style="list-style-type: none"> ● 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 <ul style="list-style-type: none"> ● 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 <ul style="list-style-type: none"> ● 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 <ul style="list-style-type: none"> ● みんなで協力して自主的に活動 ● 感謝の気持ち

ちさんちしょうきゅうしょく みさと ひ ～地産地消 給食・美郷の日について～



^{へいせい}平成28年度より、^{ねんど}美郷町^{みさと}がっこう^{みさと}保健会^{みさと}栄養士^{みさと}部会^{みさと}の取組として、「^{ちさんちしょうきゅうしょく}地産地消給食・^{みさと}美郷の日」が始まりました。今年で10年目を迎えます。毎月16日前後に、^{なんごう}南郷・^{さいごう}西郷・^{きたごう}北郷の3つの^{がっこうきゅうしょく}学校給食センターで実施しています。この「^{ちさんちしょうきゅうしょく}地産地消給食・^{みさと}美郷の日」には、

- 「^{みさと}美郷町の^{しょくざい}おいしい^し食材について^し知ってもら^しう^しきっかけ^しづくりを^したい！」
- 「^{まいにち}毎日^{きゅうしょく}食べる^{みさと}給食^{しょくざい}だったら、^{みさと}美郷^{しょくざい}産の^し食材^しを^しアピール^しできる^しかもしれない！」
- 「^{みさと}もっと^{みさと}美郷^{みさと}町の^{みさと}魅力^{みさと}を^{みさと}食べ^{みさと}もの^{みさと}から^{みさと}感じ^{みさと}取^{みさと}って^{みさと}もら^{みさと}いたい」という^{おも}思い^こが^こ込め^こられて^こいます。



4月の「^{みさと}美郷の日」^{こんだて}献立【^{みさと}美郷^{しょくざい}産の^し食材^し】<18日（金）^{にち}実施>

☆^{じとっこ}じとっこの炊き込みごはん…【^{じとっこ}じとっこ・^{しいたけ}しいたけ】

☆^{ぎゅうにゅう}牛乳 ☆^{あじフライ}あじフライ

☆^{はる}春キャベツのマリネ ☆^{じる}すまし汁