

食育だより

岩船町教育委員会

2009. 6. 15

6月号

編集 櫻井 早苗

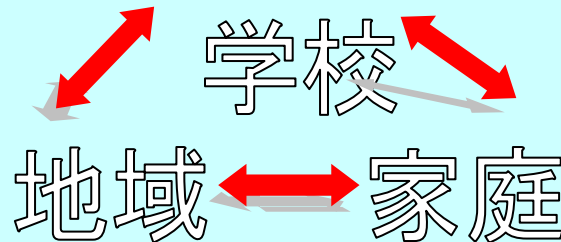
子供達の食について
一緒に考えましょう!

保護者のみなさんへ

子供達の「食」をとりまく環境が一層厳しくなってきた昨今、ご家庭や、学校でできることを一緒に考えていきたいと思えます。今年度から岩船町に栄養教諭として配置になりました櫻井早苗です。どうぞよろしくお願い致します。(管理栄養士の新井則子先生も週3回手伝ってくれます)学校での給食の様子、残量、マナー、食事の量、偏食、肥満、アレルギーなどの実態をお知らせし、ご家庭でもご協力いただき、望ましい食習慣の形成につなげていけたらと思っています。

食育の授業が始まります。

5月28日の岩船小学校1年生の授業を皮切りに全48時間の食育の授業を予定しています。子どもたちに楽しく、わかりやすく、体験活動を取り入れながら、授業ができたらと、日々取り組んでいます。



学校で学んだことが、家庭でも生かされ、より良い食習慣形成ができるよう、保護者や地域の方のご協力をよろしくお願い致します。

5月の行事 (小野寺北小)

29日に「たまねぎ収穫感謝の会」を実施しました。地元で農業を営む川島和子さんが児童に、苗の植えつけや収穫を指導してくださり、さらに無償で町の児童生徒全員分のこの日に給食で使うたまねぎを提供してくださいました。メニューは ごはん、牛乳 あじの南蛮漬 こふきいも 五目スープでした。



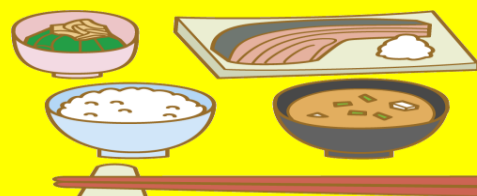
朝食の大切さについて



- 体を目覚めさせ、活動できる状態にします。
- 脳がエネルギー源として使えるのはブドウ糖だけです。その素の炭水化物であるごはん(パン)を主食とした朝食をしっかりととりましょう。
- 胃腸を刺激し、便通を促します。
- 早起きの子どもの方が食欲があり、学習能力も高くなります。
- 野菜など手のかかる物の下処理は前の晩に準備し、カンタン料理を作る習慣をつけましょう!

朝食を食べています

中学1年生の家庭科に5クラス出させていただきました。朝食のことを聞きました。ほぼ100%が食べてきています。しかし、内容については、品数が少ないと感じている生徒が多く、主食(ごはん等)主菜(魚、肉、大豆製品、卵)副菜(おひたし、野菜いため、野菜たっぷりみそ汁等)の3つがそろっている生徒は3割くらいでした。



岩船町の地産地消県で第2位

平成20年度の県教委の「地場産物の給食における活用状況調査」では、全31市町の中で、岩船町は(活用率42%)で第2位です。

毎月JAしもつけの方のご協力により、給食に使える野菜やくだものを極力取り入れていくようにしています。

地場の野菜やくだものはみずみずしくて、栄養もたっぷり入っています。しかも、「旬」のものなので、お安く手に入ります。これから、岩船町特産の「巨峰」がでまわるので楽しみです。