

# 4月給食たより

令和4年度  
五所川原市立  
学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます。いよいよ令和4年度新学期がスタートしました。今年度も安心安全はもとより、児童生徒が楽しみにしてくれるようなおいしい給食づくりに、給食センター職員一同、努めてまいりますので1年間よろしく願います。また、昨年度に引き続き、新型コロナウイルス感染症対策をとった、制約のある給食時間となりますが、ご理解とご協力を併せてお願いいたします。

## 学校給食について

### 学校給食とは



「学校給食法」に基づき、教育活動の一環として実施されるものです。成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた食事をするとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけさせるための重要な教材としての役割も担っています。

### 学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より抜粋・要約

<p><b>1</b> 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。</p>	<p><b>2</b> 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。</p>	<p><b>3</b> 明るい社会性と協同の精神を養う。</p>
<p><b>4</b> 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。</p>	<p><b>5</b> 食生活が多岐の人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。</p>	<p><b>6</b> 日本や地域の伝統的な食文化を理解する。</p>
<p><b>7</b> 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。</p>		

### 栄養管理と献立作成

### 栄養

給食センターでは、「学校給食摂取基準」に基づき、栄養教諭(栄養士)が1日に必要な栄養量の3分の1程度を摂取できるように献立を作成し、各ご家庭での食事で不足しがちなカルシウムや鉄などを補えるような献立作りもしています。また、完全給食(主食・主菜・副菜・汁物・牛乳)を原則に実施し、様々な食品や調理法を取り入れ、行事食や郷土料理、地場産物を活用した料理を提供しています。特に、地場産物を活用した料理では、赤～いりんごを使用した「ごしりんパンチ」や市浦牛を使用した「市浦牛コロッケ」などが、給食に登場しますので、献立のお知らせをご確認いただければと思います。

(※献立のお知らせ等は市のHPでも配信しています。)

上記のとおり、給食センターでは、1日に必要な栄養量の3分の1程度を提供していますが、残りの3分の2程度は、各ご家庭での対応になりますので、朝食、夕食ともに栄養バランスのとれた食事を心掛けるようお願いいたします。



## 新しい生活様式を踏まえた 給食時間の約束

<p>教室内の換気、机の上の片付けなど、食事の環境を整えましょう。</p>	<p>給食の前後に、せっけんできれいに手を洗いましょう。</p>	<p>給食当番は必ず健康チェックをし、きちんと身じたくをしましょう。</p>
<p>マスクは、「いただきます」のあいさつの後に外し、マスク入れなどにしまいましょう。</p>	<p>姿勢よく、前を向いて静かに食べましょう。</p>	<p>食べているときは、しゃべったり立ち歩いたりしないようにしましょう。</p>

## 食物アレルギーについて知ってほしいこと

食物アレルギーのある人もない人も、みんながアレルギーについて正しく知ることによって、事故を防ぎ、安全に楽しく食べられます。給食では文部科学省「学校給食における食物アレルギー対応指針」に基づき、安全を最優先にしています。ご理解とご協力をお願い致します。

**食物アレルギー対応食**  
食べる人もいます  
対応食はおうちの人と学校が相談して決めています。きちんと本人に届くようみんなで気をつけましょう。

**食物アレルギーは好き嫌いとは違います**  
好き嫌いやわがままとは違います。食物アレルギーのある人の気持ちになって考えてみましょう。

**食物アレルギーのある人には出来ないことがあります**

ふれたりするだけで症状が出てしまうことがあります。牛乳パックのリサイクルや配膳台のそうじなど、学校生活の中でできないことがあります。

**さまざまな症状があります**

アレルギーの症状はさまざまです。アレルギーのある人がつらそうにしていたり、自分に何か変わったことが起きたりした場合は、すぐに先生に知らせましょう。