

学校給食法公布から70年!



学校給食の目標「給食お七!」

学校給食の普及・実施とそのために必要な事柄を定めた学校給食法が公布されて、2024年で70年を迎えます。学校給食法には学校給食の目標として次の7つが掲げられています。

一 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること



●体が成長する時期にふさわしい内容の食事で、元気よく過ごそう!

二 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと



●「食は大切、食は楽しい!」。給食を通して、よい食べ手になるよう学ぼう!

三 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと



●誰もが気持ちよく食べられるマナー、助け合いと思いやりでなかよく楽しく!



学校給食は健康な未来を育む虹のかけはし

四 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであるということについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと



●すべての食べ物は自然が育んでくれた豊かな命の恵み。大切に食べよう!

七 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと



●食べ物を通し、世界や社会のしくみを知り、その課題の解決も考えていこう!

六 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること



●日本やふるさと、各国・各地域の素晴らしい食文化を知り、互いに尊重しよう!

五 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと



●食を通して私たちの生活を支えているすべての人のほたらぎに感謝しよう!

6月の湖北中の献立

6/4~6/10 歯と口の健康週間

主食に玄米や豆をプラスしたり、おかずいきのこや沢山の野菜を使ったりしました。「かむ回数が増える食材を加える」「具材を大きく切る」「硬めにゆでる」など、かむ回数を増やす工夫を実践しましょう。

6/15 は千葉県民の日 (6/14 実施)

毎年6月は「ちばの恵みで まんてん笑顔」をキャッチフレーズに千葉県の食育がすすめられています。本校では、おいしい千葉県産の食材を使い、千葉県の郷土料理を紹介しています。麦芽ゼリーは、1978年から千葉県の学校給食向けに販売している商品です。麦芽飲料をココアゼリーにしたもので千葉県民にとっては今も昔も給食の定番デザートです。

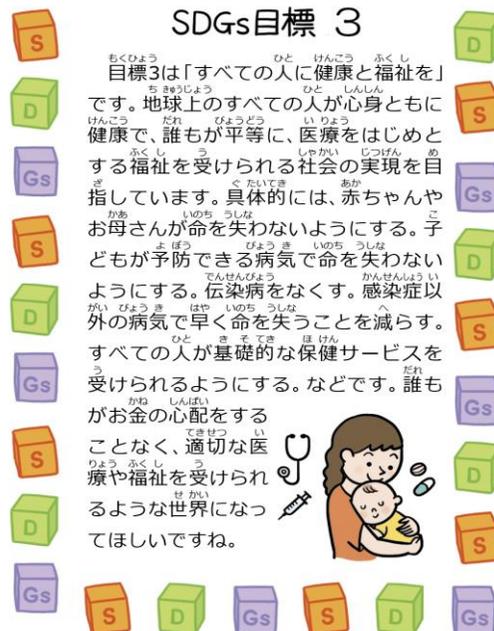
6/23 は慰霊の日 (6/24 実施)

沖縄県では、沖縄戦の終結の日(6/23)を戦没者の霊を慰め平和を祈る「慰霊の日」として記念日に定めています。二度と戦争が起こらないために何ができるか、平和について考えてみませんか? 給食では、沖縄県の郷土料理を実施します。「クファ(堅い) ジューシー(炊き込みご飯)」は、豚肉を加えて炊くため程よい脂気によってつや良く仕上がるのが特徴で、食後の口に残るわずかな脂をさっぱりさせるため「マーミナ(もやし)のウサチ(酢の物)」を添えるそうです。

6/25 ひばり学級がつくったじゃがいも

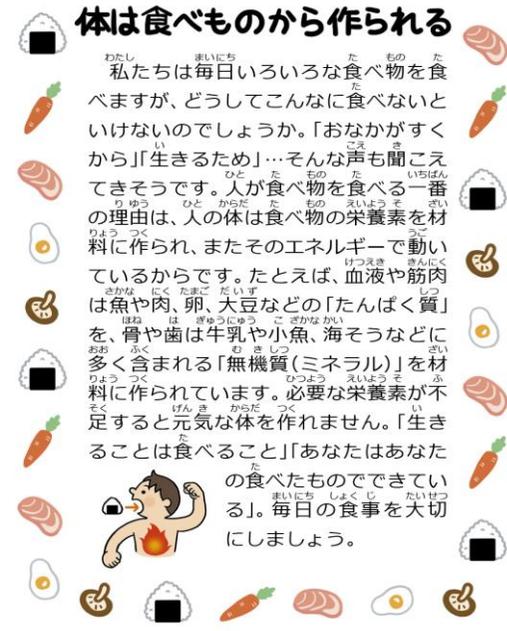
ひばり学級のじゃが芋で「肉じゃが」を作ります。収穫の様子など7月号で詳しくお知らせいたします。お楽しみに!

SDGs目標 3



目標3は「すべての人に健康と福祉を」です。地球上のすべての人が心身ともに健康で、誰もが平等に、医療をはじめとする福祉を受けられる社会の実現を目指しています。具体的には、赤ちゃんやお母さんが命を失わないように、子どもが予防できる病気で命を失わないようにする。伝染病をなくす。感染症以外の病気で早く命を失うことを減らす。すべての人が基礎的な保健サービスを受けられるようにする。などです。誰もががお金の心配をすることなく、適切な医療や福祉を受けられるような世界になっしてほしいですね。

体は食べものから作られる



私たちは毎日いろいろな食べ物を食べますが、どうしてこんなに食べないといけないのでしょうか。「おなかがよくから」「生きるため」...そんな声も聞こえてきそうです。人が食べ物を食べる一番の理由は、人の体は食べ物の栄養素を材料に作られ、またそのエネルギーで動いているからです。たとえば、血液や筋肉は魚や肉、卵、大豆などの「たんぱく質」を、骨や歯は牛乳や小魚、海そうなどに多く含まれる「無機質(ミネラル)」を材料に作られています。必要な栄養素が不足すると元気な体を作れません。「生きることは食べること」「あなたはあなたの食べたものでできている」。毎日の食事を大切にしましょう。