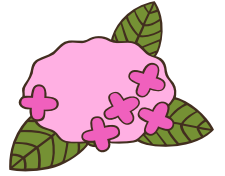


我孫子市

食育だより

6月



毎年6月は食育月間です 毎月19日は食育の日です

日本では近年、朝食の欠食・個食・偏食などをはじめ「食」をめぐる様々な問題が見られます。

食育は生きる上での基本であり、様々な経験を通して「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる人間を育てるものとして、その推進が求められています。学校給食を通して学校、家庭、地域などが連携して食育を効果的に進めていくことができると考えています。

6月は「食育月間」です。ここでは学校給食を通して行われている食育の取り組みの一例を紹介します。

学校給食で行われている食育



(1) 望ましい食生活の体得

すこやかな成長と生活習慣病の予防及び改善につながるよう、栄養教諭・学校栄養職員が栄養バランスがとれた献立をたてています。それを繰り返し学びながら、繰り返し食べることで体得できるようにしています。

(2) 食を通じたコミュニケーション能力の育成

学校給食を通じて、正しい食事の作法・マナー、食文化を含む望ましい食習慣の形成に努めています。
(正しい箸の持ち方、食器の並べ方、作る人への感謝、食べ物への感謝、郷土料理献立の実施など。)

(3) 望ましい生活リズムの学習

朝食をとることや早寝早起きの大切さを伝え、1日3食きちんと食べること、おやつの食べ方などもふくめ様々な食生活の学習活動を行っています。

(4) 食を大切にす気持ちから、感謝の気持ちへ

食に関する様々な体験活動や、食前食後の挨拶をきちんとすることで、自然の恩恵や食に関わる人々の様々な活動への感謝の気持ちを育てていきます。

(5) 食の安全の確保

学校給食で使用される食材について、より安全で安心なものを目指し、生産者の顔の見える「我孫子市内産コシヒカリ」「我孫子産野菜」を市内19校全小中学校で使っています。我孫子新田にある農産物直売所からは11校が、月2回「我孫子産野菜の日」と称し献立をたてています。残る8校は契約農家から直接購入する方法で月1～4回程度取り入れています。市内でとれたお米は玄米の形で冷蔵保管され、毎週必要な分ずつ精米して学校に届けられています。精白米以外にももち米、米粉も我孫子産を使用しています。



また、遺伝子組換え食品をできるだけ避けるため、国産米の米油を使用しています。

使用食品やまるごと1食分の放射性物質検査を行い(我孫子市農政課、我孫子市教育委員会で実施)、その結果や情報についても市のホームページなどでお伝えしています。