



# 4月食育だより

江戸川区立小岩第二中学校

## ご入学・ご進級おめでとうございます

うらかな春の日差しのもと、新入生を迎え、新年度が始まりました。ご入学・ご進級おめでとうございます。4月は、新しい生活への期待に胸をふくらませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て、朝食をしっかり食べてから登校することが大切です。

今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。



給食等を通して学び、身に付けたいこと (食育の視点)



<h3>食事の重要性</h3> <p>食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。</p>	<h3>心身の健康</h3> <p>心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。</p>	<h3>食品を選択する能力</h3> <p>正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。</p>
<h3>感謝の心</h3> <p>食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。</p>	<h3>社会性</h3> <p>食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。</p>	<h3>食文化</h3> <p>各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。</p>



献立表

## 保護者の方へ

## 学校給食に関するお知らせ

毎月、献立表を配布します。……

ご家庭での食事作りの参考にするなど、ご活用ください。また、アレルギー症状のある生徒のために、献立表の食品欄のアレルギー食品には、分かりやすいように★印が付けてある食品があります。予めご承知おきください。



給食着の洗濯・アイロンがけにご協力をお願いします。…

給食当番は週ごとの交代制です。当番をした週末に持ち帰ります。ご家庭で洗濯し、アイロンをかけて次の登校時に持たせてください。当番はマスクを着用しますが、当番一人につき、週1枚を学校で用意します。途中でマスクを替えたい場合は、お手数ですがご家庭からご持参いただくようお願いいたします。



## 小岩二中の給食紹介



◎中学校の給食は、小学校のときと比べて量が多くなります。1.3倍くらいのボリュームアップです。量が増えるのに、給食の時間は30分しかありません。つまり、「準備」、「食べる」、「片付ける」をテキパキと行わなければなりません。給食の時間は、おしゃべりなどせず、準備や片付けを効率よく行いましょう。

量UP、時間DOWN

◎年に数回セレクト給食を行います。セレクト給食は、給食委員会で内容を決めたりします。ジョアを中心とした飲みものや、パンの種類や、デザートなどのセレクトなどです。セレクトの内容を決めたい人は、積極的に給食委員になりましょう。

セレクト給食

東京産の野菜

◎小岩二中では給食に、東京産の野菜を積極的に使っています。江戸川産の小松菜をはじめ、西東京の農園と契約して、大根や人参、玉ねぎ、キャベツ、きゅうり、トマト、ほうれん草など、季節に応じた旬の野菜を産地直送で送ってもらっています。新鮮で、栄養価の高い東京の野菜をしっかり食べて健康になりましょう。

**「学校給食」は 生きた教材 です！**



●給食には、たくさんの学びが詰まっています……

給食は、学校給食法という法律により実施されています。学校給食法第2条により、以下の7つの目標を達成することを目指しています。

- ① 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- ② 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。
- ③ 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。
- ④ 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものである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。
- ⑤ 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。
- ⑥ 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。
- ⑦ 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。

感謝の気持ちをもって、美味しく、楽しく給食を食べてもらえたら、とてもうれしいです。