

食育だより

平成24年度 No.1 日光市立大沢小学校

「食育」とは？

- 生きる上での基本であって、知育、徳育、及び体育の基礎となるべきもの
- 様々な体験を通じて「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することができる人間を育てること

吹く風もさわやかになり、木々の緑も鮮やかな季節となりました。新しい環境にも慣れ、ホッとする反面、今までの精神的な疲れもでてきます。またこれから梅雨に入り、じめじめして体調もくずしやすくなります。体調管理を心がけ、元気に毎日を過ごしましょう。

青空給食(新入生歓迎会)

大沢小学校では、年に3回児童会活動の後に縦割り班による青空給食を実施しています。青空給食は、4月の新入生歓迎会、11月のみんなで遊ぼう、3月の6年生を送る会の給食時に行います。

今年度最初の青空給食は、4月24日に行いました。はじめての青空給食に1年生も緊張しながらも楽しく会食をしていました。



給食時間の指導



食に関する指導は、家庭科や学級活動などの授業の時間だけではなく、さまざまな場面で行われています。特に給食の時間の食に関する指導は、毎日繰り返し行うことで理解が深まり、習慣化を図ることができます。

今年度も低・中・高学年とテーマを決め実施しています。4・5月は「食事のマナー」について指導を行っています。食べる姿勢や食器の置き方、食事のあいさつの意味など、今のうちからきちんと身につけることができるよう、御家庭でもご指導よろしくお願いいたします。

学校給食の地場産物活用について

日光市では毎月18日(地産地消の日)を中心に、地元産の旬の食材を給食に活用しています。その月の旬の食材の情報も、市の農林課から各学校に送ってもらい掲示しています。また大沢小学校では、市の取組とは別に大沢小学区の生産者の方の協力により、ねぎやほうれん草、里芋を時期に合わせて学校給食に取り入れています。

どちらの食材も、使用前に放射性物質検査を行い、安全性を確認してから使用しています。詳しい結果等は日光市ホームページを御覧ください。



【月別使用食材】

月	食材	月	食材
4月	米粉パン	10月	特に食材を決めず活用
5月	いちごパン	11月	大根
6月	玉ねぎ	12月	白菜
7月	じゃがいも	1月	市内産豚肉
9月	なす	2月	にら

【学区内食材使用予定】

- ◆ねぎ：7月頃～11月頃
- ◆ほうれん草：12月頃～1月頃
- ◆里芋：12月頃～3月頃

*どちらの食材も状況により変更することがあります。

早寝 早起き 朝ご飯 すっきりスタート 学力アップ