



## 学校給食について



～子どもたちの健やかな成長と健康的な食習慣の形成を目指して～

### 【学校給食の目標】

- ① 適切な栄養を摂取し、健康の保持増進を図ること。
- ② 食事について正しく理解し、望ましい食習慣を身につけること。
- ③ 学校生活を豊かにし、明るい社交性や協同の精神を持つこと。
- ④ 食生活が自然の恵みであることを理解し、生命、自然、環境を大切にす心や態度を養うこと。
- ⑤ 食生活が食にかかわる人々の様々な活動にささえられていることを理解し、勤労を大事にする態度を養うこと。
- ⑥ 国や地域の優れた伝統的な食文化について理解を深めること。
- ⑦ 食料の生産、流通および消費について正しい理解に導くこと。

### 【学校給食の内容】

学童期は成長の盛んな時期で、バランスのとれた食生活が大切になります。学校給食では子どもたちが1日に必要な栄養量のおよそ3分の1が目安で、家庭でとりにくいカルシウムや鉄分、ビタミン類は必要量の約2分の1がとれるに計算されています。

○主食：〔ごはん〕週3回（月火木）は日光市産コシヒカリを使用したごはんです。

〔パン・めん〕週2回（水金）はパンやめんです。めんは、容器等の関係で小さなパンと一緒に出ます。

○牛乳：給食では200mlの牛乳が毎日1本つきます。牛乳は成長期の子どもたちに欠かせない、たんぱく質・カルシウム・ビタミン類を豊富に含んでいます。

○主菜・副菜：健康の保持増進と体位の向上のため、いろいろな食品を組み合わせ、和食、洋食、中華のおかずなどバラエティーに富み、栄養的にバランスのとれた献立になるように工夫しています。味付けについては、素材の味を活かした減塩に取り組んでいます。

### 【今三小の給食の特徴】

- 本校の給食室で調理をする単独調理場方式をとっています。現在は学校栄養士1名と、業務委託をしている調理員7名で作っています。
- 地元の産物を地元で消費することを「ちさんちしょう地産地消」といいます。日光市で生産された旬の野菜や豚肉、米粉パンなどを積極的に取り入れています。
- 季節に応じた行事食を積極的に取り入れています。
- 和食給食を中心としながら、国際理解をねらいとした世界各国の料理も登場します。

## 学校給食について

### 【入学までに練習や準備していただけるとありがたいこと】

- 衛生的な手洗いや、清潔なハンカチを身につける習慣をつけましょう。
- 「いただきます」「ごちそうさま」などのあいさつを心がけましょう。
- 給食では基本におはしを使います。おうちでもおはしの練習をしましょう。
- 姿勢よく、食器を持って食べることを心がけましょう。
- 苦手な食べ物も一口は食べるようにしましょう。（学校では、苦手な食べ物を無理に食べさせることはしませんが、一口は食べようと指導しています。）
- 給食を食べる時間は約20分です。この時間を目安に食べ終わるよう意識してみましょう。
- 果物の皮（みかんなど）を自分でむいて食べてみましょう。
- 小袋のソースやジャム、ケチャップなどを自分で開けてみましょう。
- 洋服のたたみ方の練習をしてみましょう。給食当番の白衣をたたむ練習になります。
- 給食時に使う物として、給食セット（ランチマットとマスク）と歯みがきセット（歯ブラシとコップ）があります。ランチマットは25cm×35cm（おぼんの大きさ）よりも大きいものがよいです。
- 本校の給食は、学校給食衛生管理基準感染症対策マニュアルに則った、感染症対策を行っております。（例：石けんによる手洗いや消毒の励行。給食時のマスク着用。静かに食べる。等）



### 【学校給食費について】

月額 4,700 円です。日光市では、子育て支援の一環として、令和 6 年度は給食費全額の補助を決定いたしました。令和 7 年度は、11 月時点で決定していません。

### 【食物アレルギー対応について】

本校における食物アレルギー対応は、「日光市小・中学校食物アレルギー対応マニュアル」に基づき行っています。新 1 年生の保護者の方々にもアレルギー調査票の提出にご協力いただきましたが、アレルギーのあるお子様については、個人的にお話をうかがわせていただきます。

また、今後お子様に食物アレルギーの症状が出た場合等は、担任または本校栄養士までご連絡ください。