

# 4月 食育たより

令和6年4月9日  
調布市立上ノ原小学校

## ご入学・ご進級おめでとうございます

今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう、  
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。



## 「学校給食」は「生きた教材」です！

学校給食は、「学校給食法」に基づき実施されるもので、  
バランスのとれた食事を提供することにより、  
私たちの健康の保持・増進を図るとともに、  
望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けさせることなどを目標としています。



## 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の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>

出典：文部科学省『食に関する指導の手引—第二次改訂版—』(H31.3)

## 給食の決まり★食事のマナーを守りましょう

<h3>給食の前に、机の上を片付けましょう。</h3>	<h3>手をきれいに洗きましょう。</h3>	<h3>給食当番は身支度を整え、健康チェックをしましょう。</h3>
<h3>協力して準備をしましょう。</h3>	<h3>全員の給食がそろったら、「いただきます」をしましょう。</h3>	<h3>姿勢よく、持てる食器は手に持って食べましょう。</h3>
<h3>食べ物は、食べやすい大きさにして、よくかんで食べましょう。</h3>	<h3>時間内に食べ終わるようにしましょう。</h3>	<h3>食器は大切に扱きましょう。</h3>

## 今月のこんだてより

10日(水)・・・いよいよ給食が始まります。この日は、みなさんの進級をお祝いする献立なので、お赤飯が出ます。

15日(月)・・・この日から1年生の給食が始まります。上ノ原小学校での初めての給食はハンバーグがのったカレーライスです。お楽しみに！

25日(木)、26日(金)・・・27日(土)が調布市防災の日であることにちなんで、アルファ化米を提供します。市内の防災備蓄倉庫にあるアルファ化米の中で更新が必要なものを使用します。

## 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、給食で初めて食べる食材がある場合は、ご家庭で事前に食べてみることをおすすめします。