

# 4月給食たより

令和8年4月  
栄養教諭 平山



## ご入学、ご進級おめでとうございます。

4月になり、新しい教室、新しいメンバーとの学校生活がスタートしました。これから始まる学校での授業や行事など、わくわく、ドキドキがたくさん待っています。

給食室では、今年度もみなさんが給食をおいしく、楽しく食べられるように精一杯、心を込めて作ります。給食室一同、どうぞよろしくお祈りします。

## 給食時間も学ぶ時間です。

給食の時間は、ただ単に『お昼ごはんを食べる時間』ではありません。学校教育の一環として行われる学校給食には、心身の健やかな成長を願い、食を通した人間形成や生きる力を育むために、次のような目標がさだめられています。大矢野中学校の給食もこの目標を基本にし、みなさんがたくさんのことを学べるように考えられています。



### ～学校給食の7つの目標～



適切な栄養で、健やかな体をつくる。



正しい食生活を身に付け、それを実践することができる。



準備や片づけで協力をし、学校生活を豊かなものにする。



食生活が自然の恩恵の上で成り立つことを理解し、自然を尊重する。



いつも感謝の気持ちをもっていただくことができる。



伝統や歴史を学び、地域の食文化を未来に伝えていく。



食べ物がどのようにできているのか等を正しく理解する。

# 大矢野中学校の給食とは？

## 1 地産地消を心がけています。

私たちの住む熊本県上天草市ではどのような食べ物が生産されているのかを給食を通してみなさんに知ってもらうため、積極的に地元でとれた食材を使うように心がけています。

特に毎月19日頃に開催される「食育の日」にちなんで『ふるさとくまさんデー』を設け、熊本県の各地域の郷土料理や特産物を使った給食を提供しています。



## 2 手作りを心がけています。

汁物は、昆布やかつお節、煮干しを使用してダシをとり、蒸しパンやハンバーグ、ゼリーなど、できるだけ手作りで作るようにしています。

「原材料がはっきりしている、安心安全なものを食べてもらいたい」との思いから、給食室ではなるべく手作りを心がけています。



## 3 たくさんの食材を使っています。

色々な食材からバランスよく栄養をとるために、栄養量の他に食品構成(どのような食品群からどのくらいの量をとるのが望ましいかを示したもの)がさだめられています。普段の食事ではとりにくい豆類や種実類、海藻類は多めに設定されています。給食では、家庭ではあまり食べないようなものや初めて食べるものが出てくると思います。

最初は不安を感じてしまうと思いますが、給食を機に家庭でもぜひ挑戦してほしいと思います。

## 4 大矢野中学校給食室の紹介

栄養教諭(平山理沙)

調理技師(森内麻衣子)

調理員(塩田文子、山中里美、石本安子、水野淳子)



今年度は、このメンバーでみなさんのために安心安全でおいしい給食の提供に努めていきたいと思えます。どうぞよろしくお願いいたします。

