

食育通信



平成30年4月6日(1年は9日) 小笠原中学校

No. 1 保健室 鈴木 奈留美

今年度より、食育の取り組み内容が一部変わります！

これまで	今年度から
①第3水曜日固定の「食育の日」という名称で、同じ日に「食育講話」と、「お弁当づくり」を実施。	①曜日固定をせず、入港日に合わせて設定しました。そして、「食育講話」の日と、「お弁当の日」も別日になりました。「お弁当の日」には、「お弁当日記」の記入をします。 「食育講話」…朝読書の時間に、担当の先生からの食に関する講話を聞く。感想の記入はなし。「お弁当の日」の告知も兼ねます。 「お弁当の日」…なるべく自分の力でお弁当を作ってくる。朝読書の時間に「お弁当日記」を記入する。また、いただきますの時間を5分繰り下げ、作ったお弁当の写真を撮り「お弁当日記」に貼り、廊下掲示する。
②縦割り弁当の会場が中庭	②縦割り弁当(年3回)の場所が、全て室内(各教室)での実施となります。

食は、「生きること」そのものです。食育を通じて、「食」について考え、知識・技術を高め、食べる喜び、作る喜び・大変さ、命の大切さを感じ取る時間として欲しいです。この取り組みには、保護者の皆様のご協力が不可欠です。よろしくお願いします。

食育年間スケジュール

	食育講話	お弁当の日
4月	19日(木)	25日(水)
5月	2日(水)	10日(木)
6月	1日(金)	12日(火) 縦割り
7月	4日(水)	12日(木)
9月	7日(金)	12日(水)
10月	16日(火)	24日(水)
11月	1日(木)	19日(木) 縦割り
12月	12日(水)	19日(水)
1月 ※	10日(木)	16日(水)
2月 ※	7日(木)	13日(水)
3月 ※	1日(金)	13日(水) 縦割り

※1～3月は、小笠原丸の入出港日によって、変更になる場合があります。



昼食・お届け弁当の注意事項

○4校時終了が12:10、12:15に「いただきます」です。12:10までに生徒昇降口の棚に置いて下さい。時間変更やお届け弁当が不可(校外学習等)もあるので、注意してください。

○階段下の奥が茶色い冷蔵庫が全校生徒共通の冷蔵庫です。自由に使用して良いですが、取り忘れや取り間違いに気を付けてください。お子様にも必ず伝えてください。

○昼食をとるために一度自宅へ帰ることも可能ですが、朝のうちに担任へ申し出るようお子様にご指導ください。

牛乳に込められた愛！



小笠原村は、給食がありません。給食を作れる施設がないこと、1週間に1便の船であるため、食材確保や保存も難しいためだと思われます。そのため、小笠原村では、「少しでも子どもたちに必要な栄養素をとって成長して欲しい」と、村の費用で牛乳が支給されています。牛乳以外にも、ヨーグルトを月2回、ヨーグルト飲料を月1回支給されています。

牛乳や乳製品には、カルシウムだけではなく「たんぱく質、脂質、炭水化物、ビタミン」などがバランス良く含まれています。成長期の子どもたちにとって、必要な栄養素がバランス良く入っているのです。

アレルギーがある人や、体調が悪い日などは仕方ありませんが、村からの思いもぜひ感じていただき、残さず牛乳を飲んでもらえるとうれしいです。また、学校で提供する牛乳は、定期的に放射線の検査を受け、基準値以下の放射線量の安全な牛乳です。併せてご報告させていただきます。