

# 4月食育だよ！

## ～フィリソシンカ～

令和6年4月発行  
 北谷町立学校給食センター  
 〒904-0103  
 北谷町字桑江566番地1  
 TEL 936-3269  
 FAX 936-6896  
 学校栄養職員 伊佐 祐希  
 学校栄養職員 知念 一乃



うらかな春の日差しのもと、ピカピカの新生を迎え、新年度が始まりました。4月は、新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て、朝食をしっかり食べてから登校することが大切です。今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるように、職員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、よろしくお願ひ致します。

- ☆給食目標☆  
給食の準備を  
きちんとしよう。
- ☆栄養目標☆  
献立名や  
食品名を知ろう。

### 給食には、たくさんの学びが詰まっています....

- 栄養バランス
- 食品の種類や特徴
- 感謝の心
- 食料の生産・流通・消費
- ふるさとの食文化
- よりよい人間関係の形成
- 食事の喜び・楽しさ
- 世界の食文化
- 食に関する知識・理解・関心
- 日本の伝統行事と行事食



給食当番のお仕事に、少しずつ慣れていきましょう。

### 北谷給食センター紹介

提供学校：6小学校+2中学校+4幼稚園  
 北谷幼・小、北玉幼・小、浜川幼・小  
 北谷第二幼・小、桑江中、北谷中  
 給食人数：約3600人  
 所長：1名・事務員：2名  
 栄養士：2名・調理員：23名



子どもたちが楽しみになるような給食を提供していきたいと思っています。  
 1年間、どうぞよろしくお願ひいたします。

### 家庭とつながる学校給食

#### 今日の給食について話そう

献立表をご家庭内の見やすい場所に張り出して、ぜひ毎日話題にしてください。

献立や食べた感想を聞いてあげてください。気になったレシピは、栄養教諭に気軽にお尋ねください。

#### ご家庭での食卓では...

食べ物は多くの人の手で食卓に届き、料理も食べる人のことを思って作られます。感謝して食べる大切さを折に触れて話してあげてください。

子どもが食べないからと、苦手なものを食卓にまったく出さないのはよくありません。ひと口でも挑戦したり、笑入がおいしそうに食べている姿を見せることも食育ではとても大切なことです。

#### 食べることに集中できる時間を

給食では決まった時間で食べ終わるよう指導しています。ご家庭でも、遊びながら、テレビを見ながらといった「ながら食べ」をなるべく避け、食べることに集中できる雰囲気づくりを心がけてください。

#### お手伝いは積極的に

給食では全員が当番となり、準備や後片付けをします。子どもは食べ物や食事に興味津々です。学校で身につけた力を定着させていくためにも、ご家庭でもぜひお手伝いを積極的にさせてあげてください。