

食育と、給食と。



美味しく食べて
身体も心も元気いっぱい！

4時間目の終わりが近づくと、いい匂いがただよってきいてお腹が鳴るのが止まらなくなった思い出はありませんか？

カレーライスやミートソースパゲティなど大好きな献立のときはうきうきしたり、ちよつと苦手な食べ物が出てきたときには食べ終わるのに昼休みまでかかったり。

大人の皆さんにとつては懐かしい思い出ばかりの給食。そして子どもの皆さんにとつては毎日楽しみな給食。

学校給食は、ただ単純に栄養バランスが整った素晴らしい食事、というだけではありません。正しい食事の作法や

食習慣、そして明るい人間関係を育む社交の場という側面など、多くの教育的なねらいを持っていきます。1月の給食週間を控えた今月号では、学校給食の今、そして未来について特集します。

そもそも給食はどのように献立が決まる？

栄養教諭や学校栄養職員が栄養バランスや子どもたちの好み、そして季節の食材、地場産品などを考慮し、献立を決定します。

また、衛生面でも細心の注意を払っています。食中毒を出さぬよう、調理員が多岐に渡る項目のチェックをし、生徒・児童に美味しい給食を届けます。

給食は食育

食育とは、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができ、人間を育てることです。

当初、「栄養改善」の目的から始められた学校給食ですが、現在では、食生活の乱れや、生活習慣病の増加により、「食育」という目的に転換され、下田市でも多くの事業が取り組まれています。

毎日配膳される通常の学校給食では、地元の食材を積極

的に使用するなど、もしかしたら、まだ知られていないかもしれない下田の味を楽しみ、学ぶことができます。

給食後の時間などを利用した栄養教室では食事バランスや栄養素の働きなど、家庭でも、そして子どもの将来にも役立つことを学びます。

また、市の栄養士、保健師による料理教室(左写真参照)では、伊豆地域の食材を利用して、伝統的な製法を学んだり、地元の農家が作ったお米を味わいながら、地域の現状を学び、一緒に食事をして語り合う機会を設けています。

一昔前の給食時間には無かった、より一層学び、交流する現場が今の学校給食にはあります。

心にも、身体にも栄養満点の給食とは、大人の皆さまにとつてはうらやましい限りなのではないでしょうか。

遠い記憶の中にある給食。どのようなものであったか覚えていますか。当時、「食育」という言葉は無くても、楽しみだったり、同級生との会話が楽しかった思い出があると思います。次ページ以降は給食の歴史、そして今後について紹介します。



給食食べて
もりもり!!

食育に関する 様々な取り組みを紹介します



伊豆地域の食材を利用した料理教室の様子(下田東中)



地元の農家さんが作ったお米を食べる前に米作りの大切さを学びます(浜崎小)

