

食育だより

令和3年4月号

大牟田市中学校給食センター

新年度になり給食も始まりました。新しい学年にも少しずつ慣れてきましたか？中学生は心も体も大きく成長する時期です。好き嫌いをなく何でもバランスよく食べ、勉強にスポーツに精一杯がんばってくださいね。

給食センターでは、今年度もみなさんに喜んでもらえるような、おいしい給食を作ることができるようにがんばります。どうぞよろしくをお願いします。

給食の時間は「学ぶ」時間です！



給食の時間は、特別活動という授業で、以下の6つのことを学びます。準備や会食、後片付けなど様々なことを通して、これからみなさんが社会の中で生きていくために大切なことを「学ぶ」食育の時間です。

楽しく会食すること

○食事のマナーを身に付けましょう。
(食器やはしの持ち方、食事時の姿勢、食べ方など)



○友だちや先生方との人間関係を深めましょう。
(場にふさわしい会話や周りへの思いやり)



食事環境の整備

○食事にふさわしい場を整えましょう。
(窓を開けて空気を入れ換え、机や配膳台をきれいにふきましょう。)

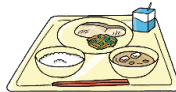


○盛付け表を見て、正しく盛付け、配膳しましょう。
○決またとおりに正しく片付けましょう。
(残菜や牛乳パックなどの容器など)



健康によい食事のとり方

○食事が体に及ぼす影響を知り、バランスよく組み合わせて食べましょう。
(中学生に特に必要なカルシウムや鉄などを含む豆や海藻を食べましょう!)



食事と文化

○大牟田市や福岡県の特産物・郷土食・行事食などについて知り、調べてみましょう。



食事と安全・衛生

○衛生に気を付けて、清潔に準備や後片付けを行いましょ。



○友だちと協力して、食器や食缶を安全に運びましょ。



勤労と感謝

○一人一人が自主的に責任をもって、準備や後片付けを行いましょ。



○学校給食ができるまでの過程を知り、感謝の気持ちを持ち、残さず食べましょ。



昨年までに学ぶことができたか振り返ってみましょ。できていないことがあれば、今年度に改善できるように具体的な方法を考えて意識して取り組み、毎日何か1つずつでも身に付けていましょ。



食育キャッチボール

★保護者のみなさまへ

簡単でおいしい「我が家の野菜入り朝食のおかず」をぜひ教えてください。また、給食のメニューや食についてご質問やご意見なども教えてください。この紙の裏面に記入いただき、各中学校(給食担当)の先生にお渡しください。締め切りはありませんので、いつでもお便りください。

★各中学校の給食担当の先生方、お手数ですが「中学校給食センター」に送付をお願いいたします。



給食の食物アレルギー対応の流れ

食物アレルギーとは、特定の食べ物を食べたり、さわったり、吸い込んだりして起こる有害な症状のことです。アレルギーを起こしやすい食品は、いろいろあり、症状もさまざまです。クラスの中に食物アレルギーの友達がいませんか。大牟田市中学校給食センターでは、食物アレルギーに対応した除去食を作っています。食物アレルギーについて正しく理解し、クラスみんなで確認し、間違えのないように対応してくださいね。

登校前

アレルギー対応生徒は、家族の人と一緒に食物アレルギー献立表を確認しましょう。



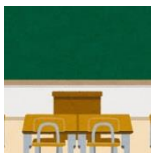
今日は除去食の日だから、給食時間になったら配膳室に行こう

今日は家から代わりの給食を持参する日だから、忘れないようにしましょう



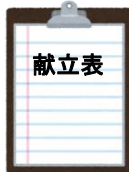
給食の準備

クラスみんなで食物アレルギーを確かめましょう。
今日の給食で食物アレルギーのある人はいるかな？



- ・今日〇〇さんの給食の〇〇は除去食です。
- ・今日の〇〇さんの給食の〇〇は家から持参したものを食べます。
- ・今日の〇〇さんの給食の〇〇は、自己対応です。(残すことがあります) 注意して配膳してください。

先生



アレルギー対応生徒とクラスみんなは、
教室に貼っているアレルギー用献立表を見る。

自己対応 (自分で取り除く) とき

普通食の中から食べられない食べ物を取り除く。または、残す。



食べられないものはお盆にのせない。

除去食のとき

- ① 除去食を配膳室に取りに行く。(必ず本人が行く。)
- ② 配膳員の方に名前を言い、除去食ポットを受け取る。(ポットの名前を確認する)
- ③ 空の食器を用意する。
- ④ 「いただきます」の前にポットから中身を出さない。

家から持参のとき

- ① 午前中はかばんの中に保管しておく。(暑い日などは保冷剤などをいれてください。)
- ② 机の上に準備する。(蓋を開けない)

会食

最後の確かめが終わったら、会食です。
食物アレルギーの生徒はおかわりをしないでください。



先生

食物アレルギーの給食の準備はできましたか？



いただきます！

先生方は確認を行い、普通食と同じ器具(お玉)などで除去食を扱わないようにしてください。

他の生徒は除去食と普通食が混ざらないように注意！
あまった普通食を除去食に注ぎ足ししないようにしてください。

アレルギー対応生徒は
おかわり禁止

除去食ポットは、本人が配膳室に行き、配膳員さんに返す。

食育キャッチボール

差支えがなければ、学校名と氏名(ペンネーム)をお願いします。

(中学校) 氏名・ペンネーム ()