

給食・食育だより

西郷村学校給食センター

令和5年 第6号

文責：所長 田中節子

文書：栄養教諭 菅野美穂

～第2回朝食について見直そう週間があります～

田んぼが黄金色に輝き、西郷村にも「実りの秋」がやってきました。朝晩はすっかり寒くなり、体調を崩しやすい時期でもあります。早寝早起き朝ごはんを元気に過ごしましょう。

さて、11月には第2回朝食について見直そう週間が実施されます。昨年度、第2回目の朝食について見直そう週間での西郷村の結果は、「朝ごはんを食べてきた園児児童生徒」が幼稚園で100%を記録するなど、福島県平均か平均を上回る結果でした。しかし、「朝食に野菜を食べた園児児童生徒」と「朝食に汁物を食べた園児児童生徒」では小中学校で福島県平均を下回っています。

令和4年11月の調査結果	西郷村 平均			福島県 平均		
	幼稚園	小学校	中学校	幼稚園	小学校	中学校
朝食を食べた園児児童生徒数	100%	98.1%	95.5%	98.5%	98.1%	95.5%
朝食に野菜を食べた園児児童生徒数	42.9%	42.6%	54.6%	54.6%	53.5%	58.4%
朝食に汁物を食べた園児児童生徒数	67.9%	16.8%	55.4%	57.7%	51.0%	55.8%

「おかずおみそ汁」始めませんか？

朝、寒くなってくると布団から出てくるのがつらくなりますね。そんな時期の朝食には、温かいおみそ汁やスープがおすすめです。冷蔵庫にある野菜と卵、豆腐、ハム、ベーコン、ウインナーなどを入れて味噌、コンソメ、中華だしなど好みの味付けで温かいスープにして食べれば、心も体もぽかぽか。

具材をたっぷりすれば立派なおかずにもなります。体を温めて登校できるようご家庭でもご協力をお願いします。

～ 給食センターコラム もぐもぐ ～ No.9

秋と言えば「食欲の秋！」おいしい食べものが目白押しですね。給食でも栗ごはん、さつまいもごはん
と秋の味覚を堪能しています。しかし、給食センターの秋は
食欲ではありません！もう1つの秋は「食育の秋！」です。
各学校で食育授業が盛りだくさん。新しいセンターへの見学も予
定されています。先日、小田倉小学校の4年生で「おやつ」の授
業をしました。「おやつってこんなに砂糖が入っているんだ...」
「今度からケンカしないで弟と半分にして食べよう。」などおやつ
の食べ方について考えた後、子どもたちから「写真を撮っても良
いですか？」と質問が！私の写真？！と思ったら大間違い。子
どもたちは食育の授業で使った黒板をパシャリ！タブレット片手に
撮影会となりました。中には「去年は一緒に魚の授業したよね！」
と去年の食育写真を見せてくれる子もいました。タブレットの活
用も手慣れた子どもたち。食についての学習にも全力な姿がとて
もステキでした。

