

# 食育だより



第1号  
H25. 4. 26  
三豊市立詫間中学校

## 食育ってなに？

- 生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、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る人間を育てることです。

## 学校における指導内容の充実

- 学校における食育は、子どもが食に関する正しい知識を身に付け、自らの食生活を考え、望ましい食習慣を実践することができることを目指し、学校給食を活用しつつ、給食の時間はもとより各教科や総合的な学習の時間等における食に関する指導を中心として行われている。学習指導要領の改訂により、「学校における食育の推進」が明確に位置付けられ、小学校では平成23年度から、中学校では平成24年度から全面実施され、高等学校では平成25年度から学年進行で実施されることになっている。

〈内閣府 共生社会政策より抜粋〉



詫間中学校の生徒は、食への興味・関心が高く、給食の残菜もほとんどありません。苦手な献立にも頑張ってチャレンジしている生徒も多くみられます。給食場へ食缶などを返却に来た生徒からは、「ごちそうさまでした～！おいしかったです！」という元気のよい挨拶がたくさん聞こえてきます。

しかし、課題もあります。昨年度6月に実施した生活習慣&朝食チェックより、毎日朝食を食べている生徒は全体の78%、その中で毎日主食・主菜・副菜が揃っている生徒は約半数しかいないという結果が出ています。また、朝食で野菜のおかずを食べていない人が60%いるため、健康を維持するために1日にとらなければいけない野菜の量“350g”を達成するためには、多くの人が夕食で200g以上の野菜を食べないといけないという結果も出ています。

詫間中学校では、昔から食育を推進してきた伝統と、自校方式を生かした給食があります。今年度もこれらを元に、様々な食育活動を進めていきます。

今年度の食育スローガン

**早寝 早起き 朝ごはん**  
**朝食でおかずもしっかり食べて 心も体もスッキリ パワー全開！**

### 毎日の給食指導

- ・ 様々な献立の食体験
- ・ 好き嫌いなく食べる
- ・ 食事のマナーを学ぶ

### 食についての学習

- ・ 学級活動
- ・ 家庭科などの各教科における学習

### 1年生

- ・ 農業体験学習

### 朝食&生活習慣チェック(予定)

6/7(金)～6/13(木)  
※ 土日を含む7日間の朝食内容・睡眠時間・排便習慣などを調べます。

### Myおにぎりの日(予定)

6/6(木)、10/10(木) **年2回**

### 野菜おかずの日(予定)

7/2(火)、12/11(水) **年2回**

※ おにぎりや野菜のおかずを生徒自身の手で作って持って来る日です。詳細は後日、食育だよりでお知らせします。



美味しく安心・安全で教育的意味のある給食

- ・ 地産地消
- ・ 郷土料理
- ・ 手作りの献立

給食試食会  
第2回浦島デー

詫間町文化祭での  
展示(食に関する  
取り組み)