給食だより　４月号

那覇市立

真和志小学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。

学校給食は、子どもたちの成長を考えて、エネルギー量や栄養のバランスを考え、旬の食材や地場産物を取り入れてつくっています。また、安全安心な給食を提供できるように細心の注意をはらっています。今年も１年間、よろしくお願いします。



給食が始まります！

学校給食は『生きた』教材です

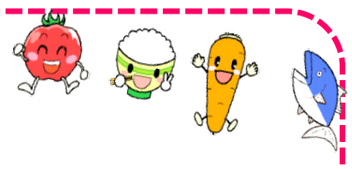
安全・安心でおいしい
給食をつくります！

学校給食では、子どもたち１人ひとりの体と心の成長を支えるために、安心安全で栄養のバランスがよい、おいしい食事を提供していきます。

また、学校給食には、望ましい食習慣や実践力を身につけるための教材としての役割もあります。ご家庭でも、ぜひ給食の話題に触れてみてください。



給食費についてのお願い



給食費は、おもに食材の購入にあてられ、子どもたちに給食を提供するための大切な費用です。保護者のみなさまには、ご理解、ご協力いただきたくお願い申し上げます。

期日までに納入をお願いします

学校給食の目標

資料　「学校給食法」

①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。

②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。

③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。

④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。

⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。

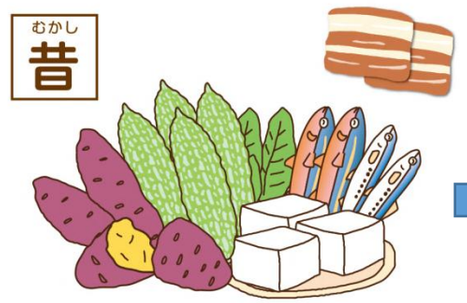
⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。

⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

次世代の健康づくり副読本『くわっち～さびら』より



《おきなわの昔の食事》



昔は、お米が少なかったので、かわりにサツマイモをよく食べていました。

ゴーヤー・青野菜などの島野菜、島豆腐、魚や海藻もよく食べていました。

《おきなわの今の食事》



生活が豊かになり、戦争が終わって入ってきたポーク缶、肉、パンをたくさん食べるようになりました。ファーストフードを利用する人もふえました。しかし、野菜や魚を食べる量がへってきました。

『長寿の島』といわれた沖縄。しかし今では、肥満日本一となってしまった沖縄・・・なんでこうなったのでしょうか？そのわけは・・・昔と今では、食生活がすっかりかわってしまったからです。未来の沖縄が健康を取り戻し、長寿の島沖縄を復活させるためには、今一度、昔の沖縄の人が食べていた食事や生活を見直すことも重要です！