

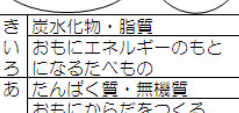
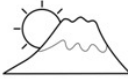
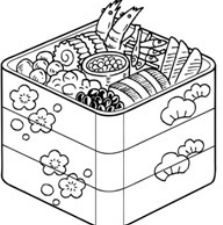


平成23年度		1月 学校給食予定献立表			給食回数 15回	 豊野市立本町小学校			
ひつけ  こんだてめい 	 	11日(水) デザート: ししゃもフライ ハートのミルクパン パン: 白玉粉 里芋 こめ油 牛乳 豆腐 鶏肉 なたと こんぶ ししゃもフライ アセロラミルクゼリー 人参 大根 干し椎茸 小松菜 小葱 689kcal 28.2g 21.3g 2.5g	12日(木) えだまめ さばのかりあげ かしわすし しらたきソテー 精白米 砂糖 白ごま こめ油 小麦粉 ごま油 牛乳 鶏肉 鯖 豚肉 人参 干し椎茸 生姜 長葱 玉葱 枝豆 小松菜 しらたき とうもろこし 682kcal 26.8g 22.7g 2.1g	13日(金) さけそぼろ てまきさけごはん くだもの ふたじる 精白米 白ごま こめ油 じゃがいも 牛乳 鮭 手巻きのり みそ 豚肉 豆腐 人参 こんにゃく 大根 ごぼう 長葱 小松菜 豊野産みかん 622kcal 28.3g 17.4g 1.9g	16日(月) はくさい つけ マーボー どうぶ ごはん	17日(火) れんこん チップス くらしよくパン アケがいの クリームに	18日(水) おさかな ハンバーグ ごはん サラダのり	19日(木) (ゆでウィンナー) デザート ウィンナーサンド やきそば あんかけ	20日(金) ぶりがけ さかなの こころあけ さと 1もどやき どうぶのうまに ごはん
精白 砂糖 でん 牛乳 生薑 長葱 小松 689 23日	<h3>もくもく 白玉雑煮の話</h3> <p> 白玉から給食が始まりました。『たべること』は、体づくりの基本です。『早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち』を実践し、この給食時間を楽しみ、有意義にすごしてください。 今年も、「もくもく」をcolor〜にお届けします。 栄養教諭 みやはらひろこ </p> <p> お正月にお雑煮を食べましたか？雑煮は正月に食べる伝統的な食べ物で、もちや野菜など種々の食材をさけてひとつの鍋で煮て食べたのがはじまりです。昔からその土地の特産物がたくさん入っていて、もちの形や味付け、作り方も色々あります。ひとつのお鍋の中に炭水化物(きいろもち手)、たんぱく質(あかへぎ) ビタミン類(みどり枝豆)などがバランスよく入っています。今日は白玉粉で作ったもち、里芋や人参、大根、鶏肉、なたと、昆布、しいたけ、小松菜、こねぎが入っています。よくかんで味わってください。 No23-136 HIRO </p>	<h3>もくもく 秦野産みかんの話</h3> <p> 日本のみかんの生産量第1位は和歌山県、2位愛媛県、3位静岡県、4位熊本県、5位長崎県になっています。(12月9日) </p> <p> 今日のみかんは、秦野産のみかんです。みかんにはビタミンCが多く含まれ、体の免疫機能を高める働きがあります。風邪の菌が体に入ってくるのを防ぎ、風邪予防に効果的といわれています。(うがいと手あらいも忘れず...) みかんの袋やすしには便秘を予防する食物繊維があるので袋ごと食べるといいですね。みかんのすっぱいのは酸をとってくれるクエン酸、甘いのはホッと一息させてくれる糖分、いい香りには明るく元気にしてくれます。苦手な人もそのまま残さず、まずは皮をむいて香りを...そして一層すずみ挑戦してみてください。秦野のみかんは年に1回の登場です。 No23-138 HIRO </p>	<h3>もくもく 手あらい・うがいの話</h3> <p> かげやインフルエンザ、ノロウイルスが流行する季節です。原因となるウイルスは自分では癒えることができます。入る体の中に入って、人間の細胞を利用してなかまを増やします。汚れた手についたウイルスが鼻、口の粘膜を通して体の中に入るケースが多いと言われています。そのため、『手あらい』と『うがい』は大切な予防法です。給食の前はもちろん、朝登校した時、体育の後、外遊びの後、家に帰ってから...手はきれいに洗っても意外と汚れています。「へいき、へいき〜。」なんて思わないで、石けんを使って『きらきら手あらい』をしっかりとやりましょう。体調が悪いときは無理をしないで早めに休むことも必要です。『自分の体は自分で守ろう。』 </p> <p> *ウイルスとはうすい菌の数が1mmの100万個の1という非常に小さいものです。 No23-139 HIRO </p>						



学級担任・家庭科担当と
 栄養教諭との連携授業
 1年生 学級活動「はじめてのきゅうしょく」
 5年生 家庭科「バランスのよい食事をしよう」



6年生
 調理実習
 家庭科「楽しい食事をくふうしよう」



「にこにこ給食」
幼稚園児・保育園児とのふれあい交流



「わくわくらんち」
幼稚園児の体験給食&食育指導



「ふれあい給食」
地域の高齢者の方々との会食



「給食試食会」
保護者対象の試食&学校給食の説明



「空豆の皮むき体験」
地域の生産者と直接ふれあう

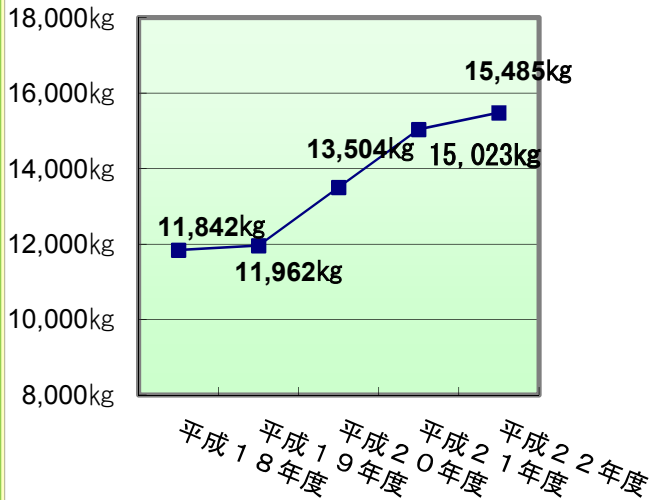


家庭・地域と連携を図りながら食育を推進することで、食育の理解が進み、児童に対する食育の取組が総合的に行われます。

小学校給食への地場農産物の導入は積極的に行われ、県内でもトップレベルの現状です。行事食*などのメニューを展開し、季節の新鮮な食材を提供して特色ある給食を行っています

また、地産地消*を通して、生産者の顔が見える安全で安心な給食の実施により、子どもたちの郷土愛、食への感謝の気持ちを育てています。

市内小学校における地場産物の使用実績
(市内生産者・JAはだの供給分)



◇給食には前日に収穫したものが配膳されるので、とても新鮮です。

秦野産のいちご「みんなで食べたよ、甘～いイチゴ」
(広報はだの平成23年2月1日号)

秦野市学校教育課資料

秦野市の学校給食では、年間を通して、新鮮でおいしい秦野産のじゃがいも・キャベツ・玉葱・なす・ズッキーニ・南瓜・トマト・とうもろこし・うでピー・里芋・さつまいも・精白米・大根・人参・白菜・長葱・小松菜・温室みかん・みかん・いちご・キウイフルーツ等を使用しています。



*地産地消

「地産地消」とは、「地場生産—地場消費」を略した言葉で、地域で採れた新鮮で安心できる農産物を、できるだけ地域で消費しようとする事で使われています。秦野で生産された農産物が市内で流通し消費量を増やすだけでなく、生産者と消費者との「顔が見える」コミュニケーションが生まれることで、生産者に対する信頼感や農産物に対する安心感が築かれるなど、生産者と消費者との結びつきを強める効果も期待されています。

*行事食

季節折々で自然の恵みに感謝し、古くから人々が育んできた伝統行事などの際にいただく料理、おせち料理など、特別な行事の時の華やいだ食事のことをいいます。それぞれの旬の食材を取り入れたものが多く、季節の風物詩の一つにもなっています。

(2) 高齢者の生きがいを支える食育事業の実施

高齢者は、口腔や摂食（せっしょく）・嚥下（えんげ）*の問題、身近な人の死による食欲低下、脳梗塞、呼吸器疾患、肝臓疾患などの治療や服薬、消化器疾患の術後などにより、日常的に食事摂取量が低下して体重が減少*し、体調を崩しやすくなります。

本市の介護予防事業では、栄養改善プログラムとして、「食で免疫力アップ」、「ランチで免疫力アップ」などの二次予防事業を高齢者の食育として実施し、楽しく食べることを通じて免疫機能*を高める食育事業を行っています。

また、地域支援事業においては「やさしい料理セミナー」、「ミニデイサービス」、「いきがいデイサービス」をはじめ、口腔機能向上を目指した「歯つらつ歯っぴー倶楽部」など、高齢者の「食べること」の楽しみや生きがいを支援する食育事業を展開しています。

高齢者の「食べる意欲」を高めるために、食を通じて高齢者と家族や近隣の人々との交流を図り、高齢者の食育を進めています。



一緒に食べて楽しく学ぶ出前食育講座
（各地区高齢者支援センターと連携）



食べることの楽しみや生きがいを支援する
ミニデイサービス



おいしく食べるために、みんなで口のマッサー
ージ！（歯つらつ歯っぴー倶楽部）



退職後、地域の中で楽しく学び、食の自立を
目指すやさしい料理セミナー