

# 給食だより

令和元年6月

舞鶴市立明倫小学校

毎年6月は「食育月間」・毎月19日は「食育の日」

雨の多い季節ですが、1日3食をしっかり食べて、元気にすごしましょう。

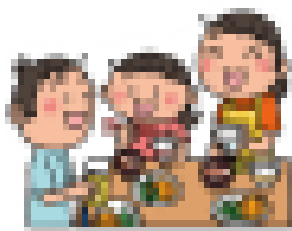
6月は食育月間です。食育は、生きる上での基本で、知育・徳育・体育の基礎になるものです。

生涯にわたって健康に過ごすために、「食」について学んでいきましょう。

学校では、おもに下の6つの観点から食育を進めています。

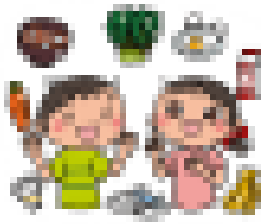
## 「食べる力」は「生きる力」

### 食育の基礎性



食育の基礎は、食は、  
同じで共有。

### 食育の楽しさ



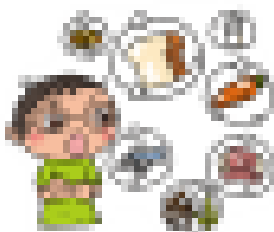
好きな食べ物や食育の  
とらえかたはそれぞれ。

### 食育を続ける力



正しい食育や食育の楽しさを、  
食育や食育を続ける力。

### 食育の心



食べ物を大切に、  
感謝の心をもち。

### 食育の力



食べる、食べる力、  
食育や食育の力。

### 食育の力

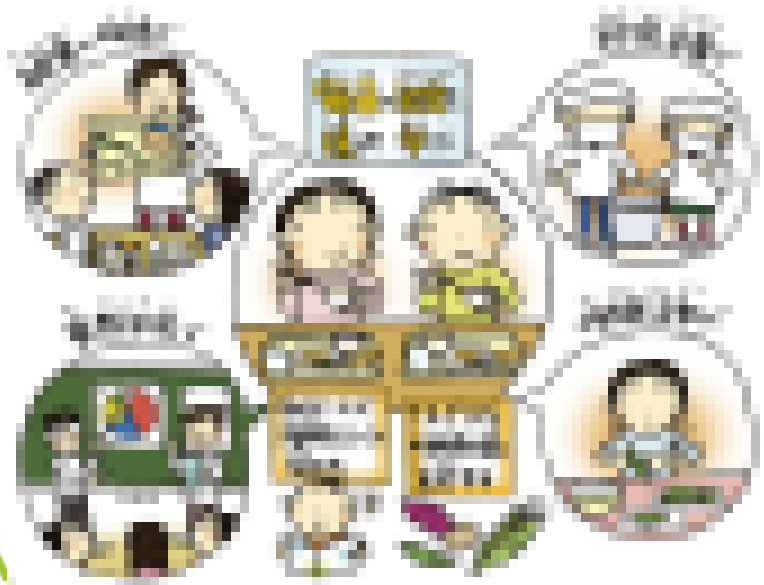
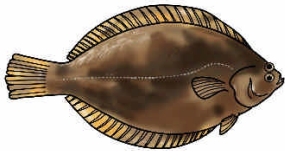


食育の楽しさや食育の楽しさを、  
食育や食育の力。

## ＜食育の取り組み＞

給食の時間を中心に、  
家庭科、生活科、総合的な学習の時間、  
その他の教育活動全体の中で計画し、  
食育に取り組んでいます。

外部講師の出前授業もあります。



## 舞鶴市の学校給食では、地元産の食材を取り入れています。

米飯・・・舞鶴市内の田んぼで給食用に作られた「舞鶴産コシヒカリ」を使用しています。

水産物・・・舞鶴でとれた魚を計画的に使用出来るよう舞鶴市水産課と連携をとっています。

### 舞鶴産の魚 年間使用予定 漁獲量により変更があります。)

4 月・・・	スズキ		
5 月・・・	ニギス	サバ	
6 月・・・	アジ	イワシ	
7 月・・・	トビウオ	ワカメ	
9 月・・・	ツバス	アジ	ヘシコ（舞鶴加工）
10 月・・・	シイラ	サゴシ	
11 月・・・	エテカレイ	ニギス	カマス
12 月・・・	エテカレイ	ツバス	
1 月・・・	アジ	ワカメ	
2 月・・・	サワラ	イワシ	
3 月・・・	ニギス	シイラ	



舞鶴のさかな

旬の時季に舞鶴で水揚げされた魚が新鮮なうちに切り身や開きに加工され、急速冷凍され保管されます。そうすることで、天候に左右されにくく、数の確保がしやすくなります。

### 家庭での食育

家庭の食育は、家族そろって食事をする機会を多くしたり、子どもに食事の支度や後片付けのお手伝いをさせたりして関心を持たせることから始まります。

子どもたちが大人になったとき、自らの「食」が充実したものになるように、今から「食育」を意識できればと思います。