

給食だより

5月

舞鶴市立 明倫 小学校

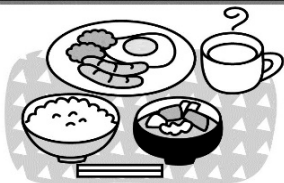
毎年6月は「食育月間」・毎月19日は「食育の日」



平成17年に制定された「食育基本法」では、「子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身につけていくためには、何よりも『食』が重要である」とし、「食育を、生きる上での基本であって、知育、徳育および体育の基礎となるべきものと位置付ける」としています。生涯にわたって心身ともに健康で豊かな人間性を育むために、子どものころから、さまざまな「食」に関する経験を積んでいくことが大切です。

家庭でできる「食育」～こんなことを心がけてみませんか？

朝食を食べる習慣をつける



ゆっくりよくかんで食べる



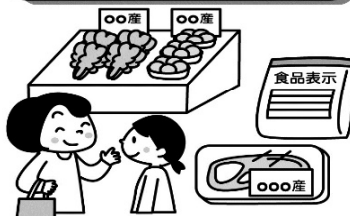
家族で食卓を囲む



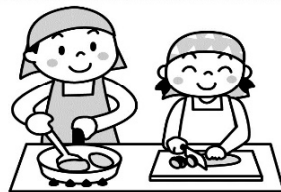
食塩や脂肪のとり過ぎに気をつける



食品表示や産地を意識して食品を選ぶ



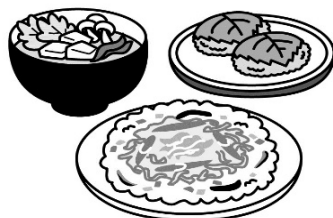
親子で一緒に食事の支度をする



食材の無駄を減らすよう心がける



郷土料理や行事食を取り入れる



家庭菜園や農業を体験する機会をつくる



～学校ではこんな食育をしています！～

学校では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。

米飯の日には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。



「地場産物の日」…毎月2～3回「食育の日」を中心に舞鶴でとれた魚やわかめなどの水産物、地元の旬の野菜を使用し、「地産地消」に取り組んでいます。



特に地元産の魚を計画的に使用できるよう関係機関と連携をとり、「舞鶴の子どもたちに、舞鶴でとれたおいしい魚を食べさせたい」という思いで取組を進めています。

「まるごときょうとの日」…給食で使用する1日分の米・魚・野菜などの食材（調味料以外）をすべて舞鶴市内産・京都府内産とする取組です。子どもたちに地産地消のよさを知らせ、郷土を愛する気持ちを持たせたいと願っています。

この地産地消を進める取組には、舞鶴市より一部補助金を受けています。



舞鶴のさかな

<「舞鶴の魚」ロゴマーク>

舞鶴産の魚年間使用予定（漁獲量により変更の場合があります）

4月：サワラ、ツバス	11月：ハタハタ、エテカレイ、ニギフ
5月：サバ	12月：カマス、エテカレイ
6月：シイラ、アジ	1月：ブリ、アジ、ニギス、舞鶴わかめ
7月：トビウオ、スズキ、舞鶴わかめ	2月：イワシ、ニギス、ブリ
9月：ツバス、アジ、へしこ	3月：サワラ、ハタハタ
10月：シイラ、サゴシ	

「金曜日はカレーの日」

舞鶴市の商店街や飲食店で取り組まれているプロジェクトにも参加しています。学校行事などで変更することもあります。月1回、金曜日にカレーライスやカレーピーズ、カレーミートサンドなど、カレーにちなんだ献立が登場します。

