

学校給食試食会

板橋区立蓮根小学校
PTA会長
教養保健委員長
hasunePTA-23-062

板橋区では、家庭と学校、地域などが連携して「安全、安心、おいしく、楽しい」学校給食の実施と食育の推進に努めています。

削り節や昆布、鶏ガラでだし汁やスープをとり、カレーやシチューのルーなども手作りでつくられています。ご存知でしたか？

今回は、蓮根小の子どもたちが日頃学校で食べている給食を実際に食べてみようという企画です。

学校給食を試食しながら…学校給食に対する理解、および食に対する興味を持ってもらえたらと考えています。ご自宅に帰ったら、是非今日の給食のことを親子で話してみてください。

次年度の参考にさせていただきますので、試食会の感想やお気付きのこと、ご意見などを是非お聞かせください！！

アンケートフォーム



板橋区食育キャラクター
いたばちい

- ・黒砂糖パン
- ・魚のパン粉焼き
- ・トマトとマカロニのスープ
- ・牛乳

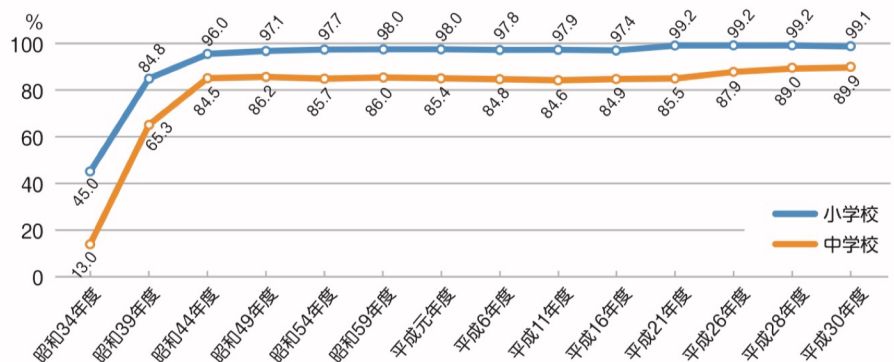


○日本の学校給食はいつから実施されているの？

日本の学校給食の発祥は、明治22年山形県鶴岡町（現鶴岡市）の私立忠愛小学校とされています。その後、都市部を中心に広まり、戦後の厳しい食糧事情を乗り越え、全国的に普及していきました。国の制度として大規模に学校給食が導入されたのは、1946年以降のこと。

子供たちの栄養状態の改善などのために始まった給食ですが、現在では健康的な食生活、地域の食文化、感謝の気持ちなど、食に関する様々なことを学ぶ教育の一環として行われています。現在は小学校でほぼ100%、中学校で90%弱の学校で給食が実施されるようになりました。

小学校・中学校の学校給食実施状況



出典：学校給食実施状況等調査

対象：国公立小・中学校



板橋区では学校給食費が2学期と3学期が無償化になります！



○学校給食の目標

安心で安全な食べ物を選び、料理をする力を持ち、味を感じ、食べ物の育ちを理解し、健康な身体になることを理解すること。



学校給食は、次の7つの目標のもとに実施しています



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、望ましい食習慣を養うこと。
3. 学校生活を豊かにし、明るい社交性と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、生命や自然を尊重する精神と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、流通および消費について、正しい理解に導くこと。

○学校給食のポイント

- ◎バランスよく
- ◎衛生的で安心して
- ◎季節感や行事を身近に感じて
- ◎和食の基本「まごわやさしい」→豆類、海藻類、小魚等を取り入れて
- ◎脂質の摂取量を減らす→揚げ物を減らしてオーブン料理を取り入れて
- ◎できたてを食べる大事さ



○「まごわやさしい」って一体何？

「まごわやさしい」は、和の食材7種類の頭文字をとったものです。

これら7種類の食品を毎日取り入れることで、バランスの取れた食事ができ、腸内環境が喜ぶ環境が整います。どれも身近な食材ばかりで特別変わったものもないため、スーパーなどでも気軽に購入することができます。

- 「ま⇒まめ」豆類・納豆・豆腐・油揚げ・高野豆腐・味噌など
- 「ご⇒ごま」ごま・ピーナツ・くるみ・栗・ぎんなん・松の実など
- 「わ⇒わかめ」わかめ・ひじき・のり・昆布・もずくなど
- 「や⇒やさしい」ほうれん草・トマト・キャベツ・人参・ブロッコリーなど
- 「さ⇒さかな」鯖・鮭・ヒラメ・海老・タコ・貝類など
- 「し⇒しいたけ」しいたけ・まいたけ・マッシュルーム・エリンギ・なめこなど
- 「い⇒いも」じゃがいも・さつまいも・里芋・山芋・かぼちゃなど



おいしく食べて
心も体も健やかに！

東京都食育計画



～持続可能な社会・東京の実現に應える食育の推進～
(令和3年度～令和7年度)



板橋区公式HP→学校給食について