

食育だより



令和7年度4月発行
琴浦町立学校給食センター

学校給食は、子どもたちの心と体のすこやかな成長を支える大切な食事です。また、食に関わる知識や実践力を身に付けたり、食と健康の関わりや食文化などを学ぶ学習の時間でもあります。給食センター職員一同、今年度も安全でおいしい給食の提供に努めますので、ご理解とご協力をよろしくお願い致します。

給食での食物アレルギー対応

～みんなが安全に楽しく食べるために～

食物アレルギーのある人もない人も、みんながアレルギーについて正しく知ることで、事故を防ぎ安全に給食を食べることができます。給食では、文部科学省の「食物アレルギー対応指針」等に基づき、安全な給食提供に努めています。

食物アレルギーについて知ってほしいこと

●食物アレルギーは好き嫌いとはちがいます

食物アレルギーは好ききらいやわがままとは違います。食物アレルギーのある人の気持ちになって考えてみましょう。



●食物アレルギーにはさまざまな症状があります



アレルギーの症状はさまざまです。アレルギーのある人がつらそうにしていたり、自分に何か変わったことが起きた場合は、すぐに先生に知らせましょう。

●アレルギーのある人はできないことがあります

ふれたり吸い込んだりするだけで症状が出てしまうことがあります。牛乳のリサイクルや配膳台のそうじなど、学校生活の中でできないことがあります。



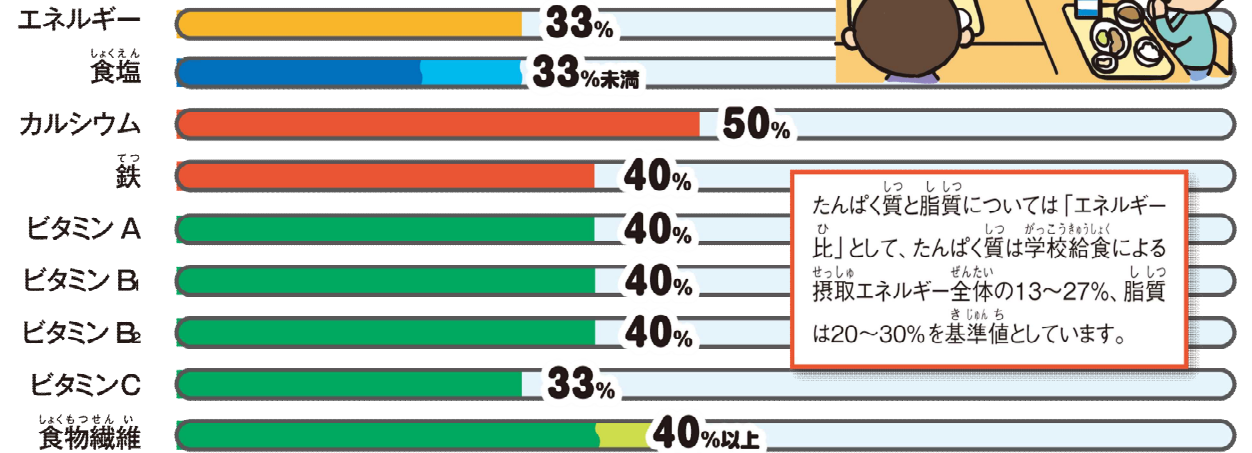
●遠足などでは、子どもだけでのおやつや食べ物の交換はしないでください!

アレルギーの原因になるものを口にしてしまうかもしれません。まずは大人と確認してください。



小中学生の元気を支える！ 学校給食の栄養

1日に必要な栄養量のうち、学校給食では約1/3がとれるようにしています。また、不足しがちなビタミン類は、約半分がとれるようにしています。



たんぱく質と脂質については「エネルギー比」として、たんぱく質は学校給食による摂取エネルギー全体の13~27%、脂質は20~30%を基準値としています。

給食のきまりを身に付けよう!

給食当番の身支度

つめ

伸びたつめと指のすきまにはごみがたまりやすくなります。

手洗い

トイレをすませ、せっけんでしっかり洗いましょう。

ぼうし

髪をぼうしから出しません。長い髪の方は後ろでまとめます。

ハンカチ

清潔なものを。当番用にもう1枚用意しておくのもいいですね。

白衣

衛生的に扱います。ゆかの上ではたたみません。

マスク

鼻までしっかりおおいませ