

食育だより



令和8年度4月発行
琴浦町立学校給食センター

新年度がはじまりました。学校給食は、成長期の子どもたちにとって必要な栄養素の摂取だけでなく、望ましい食習慣を養う「食の学習時間」でもあります。日々の給食を通して、子どもたちが食経験や食に関する知識を広げることができるよう、給食センター職員一同、今年度も安全でおいしく、楽しみにしてもらえらる給食作りに励みます。今年度もどうぞよろしくをお願いします。

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。



●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。



●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。

●遠足などでは、子どもだけ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。



安全においしく給食を食べるための約束



給食は、安全においしく食べられるように考えて作られていますが、配膳するときや食べる時に一人一人が気をつけないと、事故につながる可能性があります。楽しい給食時間を過ごせるように、以下のことを守りましょう。

給食の前に気をつけること

教室を換気し、給食に関係のないものは片付けましょう。



★ホチキスの針や消しゴムのカスなど、給食に入らないようにしましょう。

手をせっけんできれいに洗いましょう。



★清潔なハンカチやタオルを毎日持ってきてきましょう。

給食を配膳したら、席について静かに待ちましょう。



★立ち歩くと、ほこりが立ったり、ぶつかってこぼれたりするかもしれません。

食べるときに気をつけること

姿勢よく、おわんは手に持って食べましょう。



★足を組んだり、大食いになったりしないようにしましょう。

食べやすい大きさにし、よくかんで食べましょう。



★口につめこみすぎないように気をつけましょう。

食べている人を驚かせたり笑わせたりしてはいけません。



★食べ物を吸い込むと危険です。

のどに詰まりやすい食べ物は、特に気をつけて食べましょう。

丸くツルツとしたもの	粘着性の高いもの	かみ切りにくいもの
<p>ミニトマト、ぶどう、さくらんぼ、うすらの卵、白玉だんご</p>	<p>ご飯、もち、パン、いも類</p>	<p>水菜、りんご、タコ、イカ</p>

※給食に出ない食品もあります。給食以外の普段の食事でも気をつけましょう。

窒息時にみられるチョークサイン

のどが詰まると声が出せなくなります。もし、周りの友だちが苦しそうにしていたら、すぐに近くの先生や大人に知らせてください。



首の辺りを手で押さえ、苦しそうにする仕草

チョークサイン