



4月食育だより

令和8年4月
南砺市立井波中学校

ご入学・ご進級おめでとうございます



学校給食は、子供たちが栄養バランスのとれた食事を友達や先生と一緒に食べ、ふれあいの中で心を豊かにし、体の健康を育むものです。また、目の前にある給食を「生きた教材」として、食について学ぶ時間でもあります。

本年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう取り組んでいきます。よろしくお願いいたします。

学校における 食育とは

食育は、知育・徳育・体育の基礎となるものといわれます。様々な経験を通して、食に関する知識と、自分自身で選択できる力を身に付け、生涯を通じて健康的な食生活を実践できる人を育てることで

学校では食育の中心となる給食のほか、各教科の学習等とも連携し、学校の教育活動全体を通じて取り組んでいくものです。

学校給食は、学校での教育活動の1つに位置付けられています。学校で行う食育は以下の6つの視点から進められます。

食の重要性

食べることの喜び、楽しさ、そして重要性を知る。



心身の健康

成長や健康に望ましい食べ方を知り、実践できる。



食品を選択する能力

正しい知識や情報に基づき、品質や安全性を自分で判断できる。



感謝の心

食べ物を大事にし、食事にかかわる人々に感謝する。



食文化

各地域の産物や食文化、その歴史などを知り、尊重できる。



社会性

食事のマナーを守り、食事を通して豊かな人間関係を築く。



井波中学校の 給食紹介



主食

- ・お米は、南砺市産の富富富を使用しています。
- ・月・火・木・金曜日はご飯、水曜日はパンや麺類です。

牛乳

- ・牛乳は毎日つきます。
- ・成長期のからだの血液や筋肉、骨格をつくるうえで欠かせないカルシウムやたんぱく質を効率よくとることができます。

おかず

- ・煮物、焼き物、炒め物、揚げ物、蒸し物などバラエティ豊かな献立を心がけています。
- ・家庭でとりにくい食品（魚介類、豆類、海藻類など）や、不足しがちな栄養素（ミネラル、ビタミン等）を多くとれるように工夫しています。
- ・行事食や季節感のある献立になるよう、配慮しています。
- ・地元で作られた食材を取り入れています。

おうちの方へ お知らせとお願い

◎給食費について（全額食材費に充てられます）

1か月 6,800円 1食 360円

※ 8月は集金なし。3月は調整額。

※ 入院等で、休業日を除いて連続5日以上欠席する場合は返金対象になりますので、学級担任へ連絡してください。申し出のあった翌日を1日目として、7日目（土日祝日を含む）以降からの分を返金します。

◎給食当番衣の洗濯のお願い

給食当番は1週間の交代制で、給食の配膳や準備、後片付けなどを行います。給食当番をした週の週末に給食当番衣を持ち帰りますので、ご家庭で洗濯をして、次の登校時に持たせてください。