



給食たより

令和 8 年 度

さいたま市立針ヶ谷小学校

お子さんと一緒にご覧ください

子どもたちへの食育は、生涯にわたって健やかに生きるための基礎を培うことを目的としています。「給食で初めて食べた！」という声をよく聞きます。それは給食の時間は多様な食材と出会いながら、味覚を育てていく練習の時間でもあると思います。少しずつ食材に親しんで慣れていき、「給食を通して好きを増やして、自分で食を選択できる力を身に付けてほしい」という思いから様々な食材を取り入れています。

食育の中心は家庭ですが、学校全体でも積極的に取り組みますので、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

学校における 食に関する指導の内容

食に関する指導は、学校の教育活動全体を通して行います。



教科等の時間



各教科やグローバルスタディ、総合的な学習の時間、特別活動、自立活動は、食に関する指導と関連づけることができます。関連づけることで、食育の充実や教科等のよりよい目標達成につながります。

給食の時間



学校給食は、児童生徒の健康の維持・増進、体位の向上を図り、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけるために重要な教材です。また、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めます。

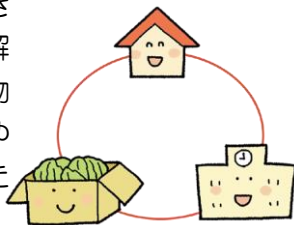
個別的な相談指導



偏食、肥満・やせ傾向にある児童生徒や、食物アレルギーを有する児童生徒など、全体での指導では解決できない健康に関する個別性の高い課題について改善を促すために相談指導を行っています。

家庭・地域・学校の連携で食育をより豊かなものに！

子どもたちが、食に対する知識を深めて、日常生活で実践していくためには、家庭と学校が連携して食育に取り組むことが大切になってきます。また、地域のよさを理解してもらうためには、地場産物を給食に取り入れたり、農家や地域の方々との交流を深めたりしていきます。



♪針ヶ谷小学校の給食室をご紹介します♪

栄養教諭 松岡 友里

調理員9名（株式会社ジェービーエム）

で約660食を作っています。

Q. どうして給食には毎日牛乳が出るの？

A. 日本人は、カルシウムの摂取量が不足しているといわれています。給食がある日とない日では、給食のある日の方がカルシウムの摂取量が多いという研究結果が出ています。給食に出る牛乳は、成長期に大切なカルシウム摂取に役立っています。また、運動をして骨に刺激を与えると、カルシウムが吸収されやすくなります。

4月の給食の様子をご紹介します♪

- 4月20日（月）2年生が朝の時間にグリーンピースのさやむきをしました。むいたグリーンピースは給食室でグリーンピースごはんになりました。
- 生のグリーンピースをむくのがはじめてという児童もいて、剥き方を友達同士で教え合いながら協力をして18kgものグリーンピースをむいてくれました。苦手意識のあるグリーンピースでしたが、2年生がむいてくれたおかげで他学年の児童も感謝の心をもってよく食べていました。5月は1年生がそら豆のさやむき体験を予定しています♪

