



# 楽しい みんな な給食

皆さんが普段何気なく口にしている食事。それは、皆さんの生活に欠かすことができない大切なものです。

食事を取る中で、美味しさを感じる味覚は、10歳までに作られると言われており、小さいころからの食事は非常に大切なのです。その子どもたちの食事の中で学校給食は、大きな割合を占めています。

昭和20年代、食糧が不足し、子どもたちが栄養不足になり、健康状態が著しく悪くなったため、これを改善しようと、学校給食が全国に広がりました。

その後、子どもたちの栄養状態が改善されてくると、食事についての正しい理解や望ましい習慣を養い、学校生活を豊かにし、明るい社交性を養うなど、教育の一環へと変わりました。

そして現在は、成長過程にある子どもたちに栄養バランスの良い食事の提供はもろること、食に関する正しい知識、食習慣を身に付けること、さらには、地場産品を取り入れることで、地元の文化や産業に理解を深



朝早くから食材が、次々と運ばれてきます。



めるなど、子どもたちの健全な発育のための体験的な学習へと変わってきました。

そのほかにも、子どもたちが集団の中で楽しく食べられるようになることや食への興味、関心を持つ大切なきっかけにもなってきました。

このように、学校給食が担う役割は、時代とともに変わってきていますが、子どもたちが健やかに成長していく中では、欠かすことができない大切なものです。ですから、学校



市の学校給食のキャラクター



給食は安心安全なものでなければなりません。

そこで、その安心と安全を確保するため、市は食材の選定から、調理に至るまで十分な体制で、子どもたちが安心して食べられる給食を届けるように取り組んでいます。

**安心安全な食材で**

市内の小学校15校、中学校10校の学校給食は、市内3か所の共同調理



岩見沢市立志文小学校 栄養教諭 三好 明子さん

### 給食で気を付けていることは何でしょう

もちろん栄養のバランスが良いように献立を考えています。また、アレルギー体質の子どもたちも増えているため、食材や調味料の組み合わせなどにも気を配っています。学校生活の給食時間の中で、心のやすらぎを得、そして楽しみも感じられてほしいと願い給食を作っています。

最近、朝食を食べない子どもが増えていると聞きますが

朝食を食べている子どもと食べていない子どもでは、学習の集中力が違うことや、イライラしていて他人とトラブルを起こしやすい傾向が多いようです。子どもころから朝食を食べないと大人になっても朝食を食べなくても良い身体になり、3食の栄養を2食で取ろうとして、1食を食べ過ぎるので、肥満になりやすくなります。

栄養の偏った食事を食べていると、どうなるのでしょうか

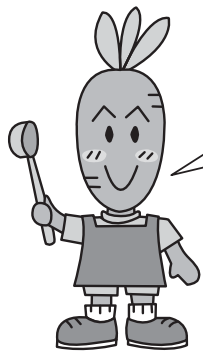
長い間偏った食事を続けていると、大人になったときに骨がスカスカになり、骨が折れやすく、また、貧血が治らなかつたりする場合があると言われてしています。その偏った食事は、大人になっても治らないので、生活習慣病や糖尿病にもなりやすい傾向が多いようです。

将来、肥満や生活習慣病にならないために、大切なことは何でしょう

食べ物や農業などに興味、関心を持って食べるのが楽しくなることですね。そして、嫌いな食べ物を少しずつ減らして何でも食べられるようになることが大切です。そうすると、自然に正しい食習慣が身に付き将来的にも健康で過ごせると思います。



自分たちが食べている給食の話に、子どもたちは耳を傾けていました。



食の大切さを一緒に考えよう！

たんたんの友だち「ニン太」

所で作っています。

そこで使用している食材は、米や小麦をはじめ、野菜、みそなどの調味料も市内で生産された物を積極的に使用しています。これらは、私たちが暮らす岩見沢の土や水で育ち、生産者の方が品質の管理を十分にしながら、丹精込めて作った安全な物ではないでしょうか。

また、それ以外の食材も、道内産や国内産の食材を使用するなど、産地が特定できる物を使っています。

## 食の大切さを

最近の子どもたちは、寝坊などして朝食を取らなったり、栄養バランスの偏った食事を食べたりして、

肥満が増える傾向にあります。このようなことを続けると、将来、少なからず健康に影響があるのではと懸念されています。

そこで、市は、栄養教諭3人と学校栄養職員2人を配置し、給食の調理や衛生管理のほか、小・中学生に食の大切さを学んでもらう食の指導を行っています。

この指導は、給食時間に子どもたちと一緒に給食を食べるなどしながら、使っている食材の調理方法や献立を考えたときの話などを実際に子どもたちに伝え、食に対する興味を持つてもらうきっかけ作りをしています。

## 安心安全な給食のために

学校給食は、保護者の皆さんが納める給食費に支えられています。

その給食費が、予定どおりに集まらない状況が長く続くと、食材の購入に影響が出てくるだけでなく、学校給食の運営そのものにも大きな影

響が出てきます。

また、最近では、色々な物の価格が値上がりしていて、道内の市町村でも給食費を値上げするところが出てきていますが、市は今年度は給食費の値上げを行わないこととしました。

これからも子どもたちが、安全で安心して食べられる給食を実施していくためにも、保護者の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

学校で子どもたちが、一緒に食事をとる学校給食は、集団の中でのルールや食事のマナーなど、子どもたちが成長していく上で欠かすことができない多くのことを学ぶことができます。

そのため市は、子どもたちが安心して給食を食べられるよう、食材の鮮度や産地を十分確認し、学校給食を実施しています。

さらには、この学校給食と合わせて、食の指導にも積極的に取り組んでいます。

人が生きていく上で欠かすことのできない食のこと。ご家庭でも子どもと一緒に考えてみませんか。

問合せ先 市教委学校給食課