

食育だより

平成29年2月

尾道市立向東小学校 No. 9

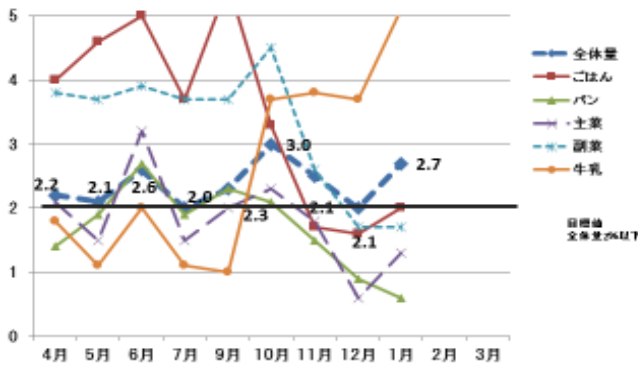
文責 栄養教諭(家部)

朝晩は、まだまだ寒いですが、春の陽気を感じる頃となりました。

体調不良の児童も少なくなってきました。3 学期も残り少なくなりました。子どもたちの元気に力をもらい、給食室のメンバーで力を合わせて、「安心・安全でおいしい給食作り」に努めてまいります。

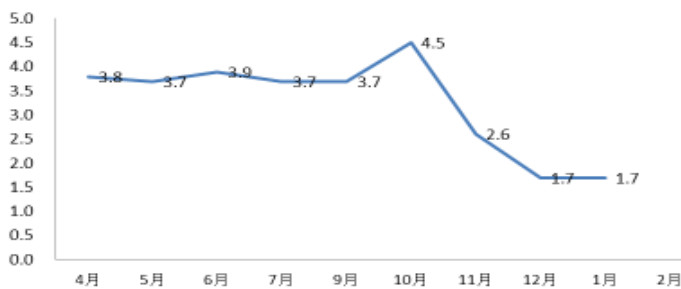
給食の食べ残しが減っています！！

給食の食べ残し(平成28年度)



左のグラフは、1月までの食べ残しの割合です。1月に増えたのは、インフルエンザ等で休みが多かったためです。学級により、バラつきはありますが、食べ残しは、とても少なくなっています。

副菜の残食率



今年度、とても良い状況が見られるのは、副菜です。4月から10月くらいまでは、和え物や煮物の食べ残しが多くありました。

一般的に、11月以降は、体の成長からよく食べるようになります。11月は、昨年度は3.5%の残食率でしたが、今年度は、2.6%。1月は、昨年度2.5%から今年度は、1.7%と減っています。

給食時間になるまでは、「きょうの給食は、何ですか?」「〇〇よ。」「あ〜、ぼくの好きな献立だ。」「少し苦手だけど、頑張って食べるよ。」給食時間が終わると「給食、おいしかったよ。」「量が少ない。増やしてよ。」などなど、いろいろな声をかけられます。また、「ぼくたちの学級は、食べ残しは全くしていないので学級別に食べ残しを出してください。」など、とてもシビアな内容もあります。給食についての意見や感想を言うのは、男子が多いです。そして、男子は、「出してほしいもの」を、女子は、「出してほしくないもの」を説明付きで、伝えてきます。

現代の日本の食生活では、20代から30代で課題が多くみられています。朝食を食べない人や食事の際に副菜と一緒に食べられない人の割合が、30%ほどになっています。食習慣の課題が、生活習慣病発症の一端になっている実態から、幼少期からの食育の重要度が増しています。今後は、食に関わって自分の課題をきちんととらえ、課題解決に向けて「自分は何をしないといけないのか、何ができるのか」について考え、実践できるように取組を進めていきたいと考えています。

<ある日の6年生の給食風景>



さすがに6年生。給食準備も手際よく進めることができます。



姿勢よく食べることができる児童が増加中。



ポークシチューに星の形のにんじんが!!。



「給食が少ない。」という児童が多くなります。



パンも一口ずつ、ちぎって食べます。

給食に興味関心の高い6年生。

目に見えて身長も伸び、成長を感じます。給食時間に学級を訪問し、食材の話やマナーについてなどいろいろ話をしても、きちんと聞き、素直な反応を返してくれます。「知らない。」ことで、日々の生活に支障が出ないように、知識を増やす努力ができる人に成長してほしいです。