



2学期になり、新しくなった給食を、  
モグモグ食べる大川目小学校1年生。  
みんなたくさん食べて大きくなあれ！

# 学んでほしい

給食は、子どもたちの食生活と健康な体を育む生きた教材です。毎日の給食には、栄養や食に関する情報が込められています。しっかり食べて、しっかり学んで。多くの人の思いとともに、新給食がスタートしました。

**高まる食育の重要性  
込められたメッセージ**

給食は、食べることで食の大切さや正しい栄養バランスを学び、健康な体を作ることができる生きた教材です。栄養の偏りなど食生活の乱れが及ぼす健康への悪影響。産地や品質の偽造などによる食べ物への不安。最近の食を取り巻く状況から、食を教育する「食育」の重要性は年々高まってきました。

成長過程にある子どもたち

にとって食の教育はなおさら重要で、給食センターでは、各学校を栄養士が訪問し、食の大切さについて指導する食育授業を展開。子どもたちが口にする給食には、おいしさだけでなく安全と栄養、生産者の頑張りと、たくさんの情報とメッセージを込めています。

給食に関わる人の「食べてほしい」という気持ち。これは「食を学び、大切さを知ってほしい」という気持ちでもあるのです。

**教える食の大切さ  
スタートした新給食**

8月20日、新給食センターの給食がスタートしました。最新の食器に笑顔を広げる子どもたち。子どもたちはプレートに並んだ料理を、おいしそうにほおばりました。

しっかり食べて、しっかり学ぶ。子どもたちの成長を支え、食の大切さを教えるために。今日も子どもたちの机の上には、心を込めた温かい給食が届けられます。



▶高田遥菜ちゃん（大川目小1年）＝ご飯が炊き立てでおいしい。食器もきれい。給食の時間が楽しくなりました。

小学生から



▶高橋優月ちゃん（大川目小1年）＝魚が好き。今日の給食もおいしい！新しい給食。苦手なものも頑張って食べます。

おいしいです！



▶石橋敬哉くん（長内中1年）＝食器が新しくなって雰囲気が明るくなりました。給食も前よりおいしくなりました！

中学生から



▶石川慶悟くん（長内中1年）＝食器や雰囲気が変わって給食がおいしく。給食を食べると部活も勉強も頑張ります！

# 食べてほしい

どんなに施設が立派になっても給食を作るのは「人」。献立を考える人、調理する人、配達する人、食材を提供する人、食材を作る人。毎日の給食には多くの人が関わっています。給食に関わる皆さんから「思い」を聞きました。



学校給食センター・調理師  
（久慈学校給食協会）  
嵯峨真香さん

**楽しんで食べて**

給食の調理を担当して14年。「おいしい給食を」と毎日心を込めて作っています。おいしい給食を安心して食べてもらえるように、果物や野菜は水を換えて3回洗い、調理の内容が変わるたびに替えや手洗いを必ずしています。作ることと同じように大事にしているのが掃除と片付け。衛生面は徹底です。

皆さんが給食を食べているところは見られませんが、残飯が少ないときは本当にうれしいです。喜んで食べている顔が見える気がします。

食べることは楽しいことです。皆さんに楽しく給食を食べてほしいですね。



調理などの作業は2階から見学することもできます

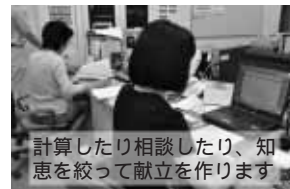


学校給食センター・栄養士  
（岩手県教育委員会）  
砂子志美子さん

**元気の素は食事です**

給食の献立を担当して約30年。「もつと喜んでもらえて、栄養バランスも良い献立を」といつも考えています。献立は、決められた金額以内で栄養を確保し、地元食材を使い、調理時間も間に合うように。調理師の皆さんとも相談し、毎回悩みながら献立を作っています。

学校に行つて食事の大切さを教える食育指導もしていますが、皆さんから「給食がおいしい」と言われると悩んだ苦労も吹き飛びます。献立は食事の教科書。生きる力の基本は食事です。元気な心と体のため、しっかりと食べてほしいですね。



計算したり相談したり、知恵を絞って献立を作ります



給食センターに食材を提供  
久慈物産市場・近在担当課長  
かぶらた 無田清さん

**作る頑張りを感**

毎日の給食には野菜や米、肉、魚に牛乳など、地元のさまざまな食材が使われています。使われる地元食材の種類も量も年々増えています。

おいしい給食を食べてもらうため、食材は給食センターに届けるまで保冷室で保管するなど管理を徹底。食材自体も形や品質が良いものを選びます。

野菜などの食材は、すべて農家などの皆さんが汗を流し、手間を掛けて作ったもの。みんな一生懸命頑張っています。給食や地元のものを食べることはもちろん、その食材を作る大変さや大切さも感じてほしいですね。



給食には多くの地元食材を使っています

## 給食には知恵と栄養、気持ちがいっぱい



8月21日、小・中学校に提供された新センター初めての米飯給食

- 主食 センター炊きたてのご飯
- 主菜 久慈産サバの塩焼き
- 副菜 めかぶ汁、枝豆サラダ
- デザート パナナ
- 牛乳 おおのゆめ牛乳

左の給食には、多くの地元食材が使われています。サバやネギにキュウリなど、生産者を身近に感じられる給食づくりを進めています。

栄養は、血・肉・骨を作る「赤」、力や熱になる「黄色」、体の調子を整える「緑」の3色をバランス良く。知恵を絞り、栄養を考え、気持ちを込めた給食。給食には、小・中学生皆さんの健康に向けた願いが込められているのです。