

食育だより

syokuiku-dayori



令和 7 年 3 月発行

厳しかった寒さもゆるみはじめ、春の訪れを感じる季節になりました。今年度も1年間、佐野市の学校給食、食育の取組に深いご理解とご協力をいただきまして、ありがとうございました。おかげさまで、無事に給食を提供することができました。

今後も、食事の正しい手洗いや栄養バランスのよい食事、適度な運動、十分な睡眠(休養)など、規則正しい生活を心がけ、病気に負けない丈夫な体づくりができるよう、ご家庭でもご協力をお願いいたします。

佐野市学校給食展 ～みんな大好き！学校給食～

佐野市の学校給食に関する取組や学校給食の歴史を紹介する「佐野市学校給食展」を2月14日(金)と15日(土)の2日間、佐野市役所を会場に開催し、約230人の方にご来場いただきました。

佐野市立学校からお寄せいただいた給食に関する作品や、学校給食センターへの感謝の手紙、年代ごとの給食模型、日本味めぐりの展示、佐野食育かるたの紹介、豆つかみゲーム、足利大学の学生さんに作成していただいた給食センターの模型の展示がありました。また、日頃の野菜摂取状況を機械で測定できる『ベジチェック』も行いました。子どもたちは、食育かるたつりをしたり、正しい箸の使い方や豆つかみゲームに挑戦したり、昔給食を食べていた世代の方は、懐かしさを感じ当時の様子を語られたりしていました。来場者の方の感想をご紹介します。



日本味めぐり紹介パネルや昔の給食のレプリカの展示

来場者の感想 (一部抜粋)

- 全国の味をなかなか知る機会がないので、日本味めぐりはとてもよい企画だと思う。
- ベジチェックで野菜不足が分かった。高校生になり給食がないので、家での食事で積極的に野菜をとりたいと感じた。
- 豆つかみゲームは難しかったが、とても楽しかった。
- 毎年楽しみにしている大好きなイベントです。来年も期待しています。
- 手紙を読み、学校給食を喜ぶ子ども達の声に感銘を受けた。
- 自分が食べていた頃の給食を見ることができ、懐かしかった。

給食レシピ



日本味めぐり編

佐野市では、食で日本を一周する「日本味めぐり」を実施しています。メニューをご紹介しますので、ぜひ、作ってみてください。

第32回 島根県 切干し大根の中華いため

島根県は、昔から乾物作りが盛んで、切干し大根は県全域で作られており、学校給食でも積極的に取り入れられています。切干し大根は、カルシウムや食物繊維が豊富で、成長期の子どものにも、とてもおすすめの食材です。煮物だけでなく、炒め物にしてもおいしく、中華風の味付けをすることで食べやすくなります。

【材料(4人分)】

- ・ベーコン(1cm短冊) 2枚
- ・干しいたけ(スライス) 2g
- ・切干し大根 20g
- ・にんじん(千切り) 1/4本
- ・たまねぎ(スライス) 1/4個
- ・小松菜(1.5cm短冊) 1株
- ・サラダ油 適量

A(調味料)

- ・中華だし 小さじ1
- ・みりん 小さじ1
- ・しょうゆ 小さじ1

- ・ごま油 小さじ1/2

- ① 切干し大根は水でもどし、食べやすい長さに切る。ベーコン、にんじん、たまねぎ、小松菜は、食べやすい大きさに切る。干しいたけは、水につけておく。
- ② フライパンにサラダ油を熱し、ベーコンを炒める。
- ③ にんじん、たまねぎ、切干し大根を入れさらに炒める。
- ④ 干しいたけを戻し汁ごと入れ、Aの調味料を加える。
- ⑤ 小松菜を入れ加熱し、仕上げにごま油を回し入れる。

第36回 徳島県 とり肉のすだちソースかけ

徳島県は、かんきつ類の「すだち」の生産量が全国第1位です。「とり肉のすだちソースかけ」は、鶏肉のから揚げに、さわやかなすだちソースをかけた、ご飯がすすむおかずです。すだち果汁をレモン果汁に変えれば、子ども達に大人気の「とり肉のレモンソース」かけになります。

【材料(4人分)】

- ・鶏肉(50g程度) 4切れ
- 〈下味: 塩・こしょう 少々〉
- ・片栗粉 30g
- ・サラダ油 適量

A(調味料)

- ・さとう 大さじ1
- ・醤油 大さじ1と1/2
- ・すだち果汁 小さじ1と1/2
- ・水 大さじ1

- ① Aの調味料を鍋に入れ、煮立たせて、すだちソースを作る。
- ② 塩、こしょうで下味をつけた鶏肉に片栗粉をつけ、170～180℃位に熱した油で、鶏肉の中心に火が通るまで揚げる。
- ③ 揚げた鶏肉に①をかける。

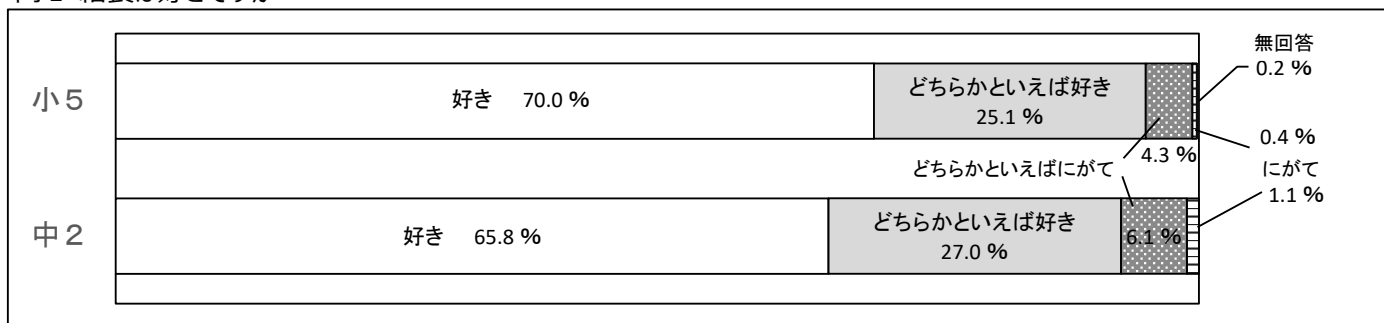


食生活アンケート結果（一部抜粋） 令和6年12月調査

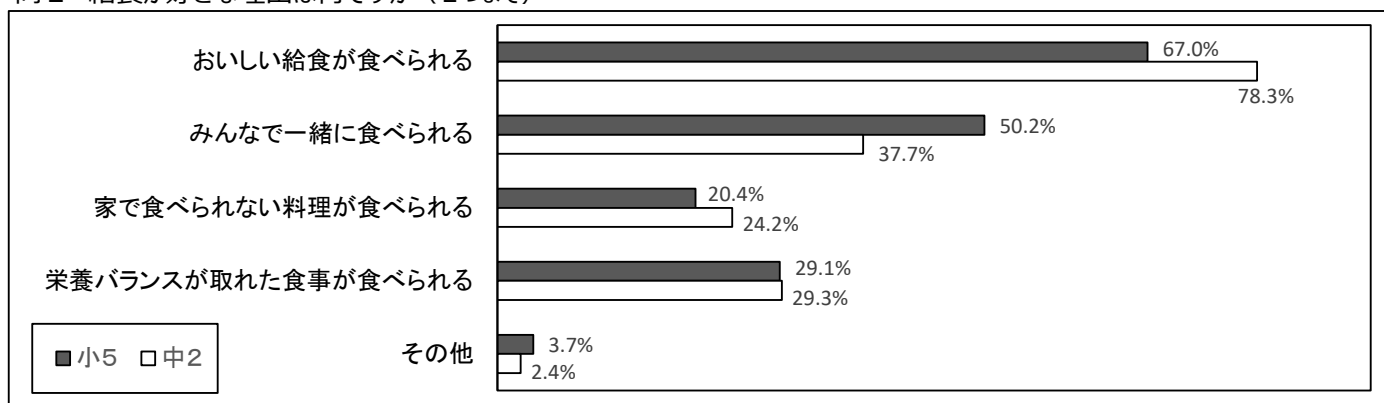
【対象：小・義務教育学校5年生 794人 ・ 中学校2年生・義務教育学校8年生717人】



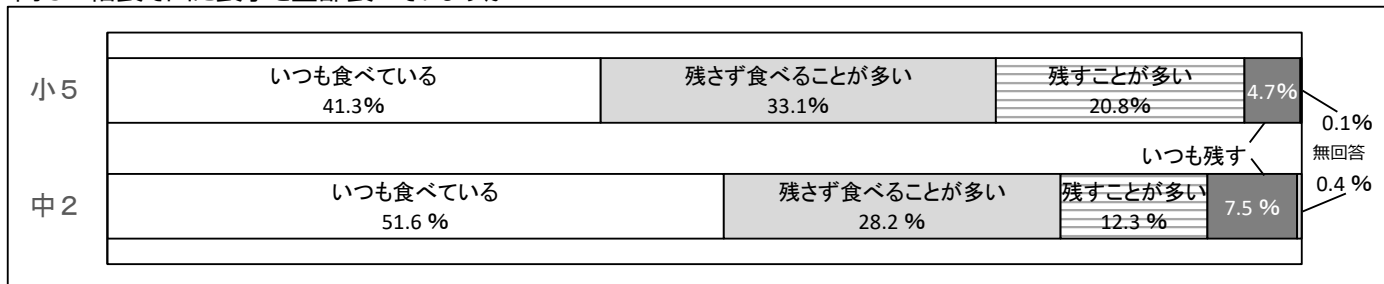
問1 給食は好きですか



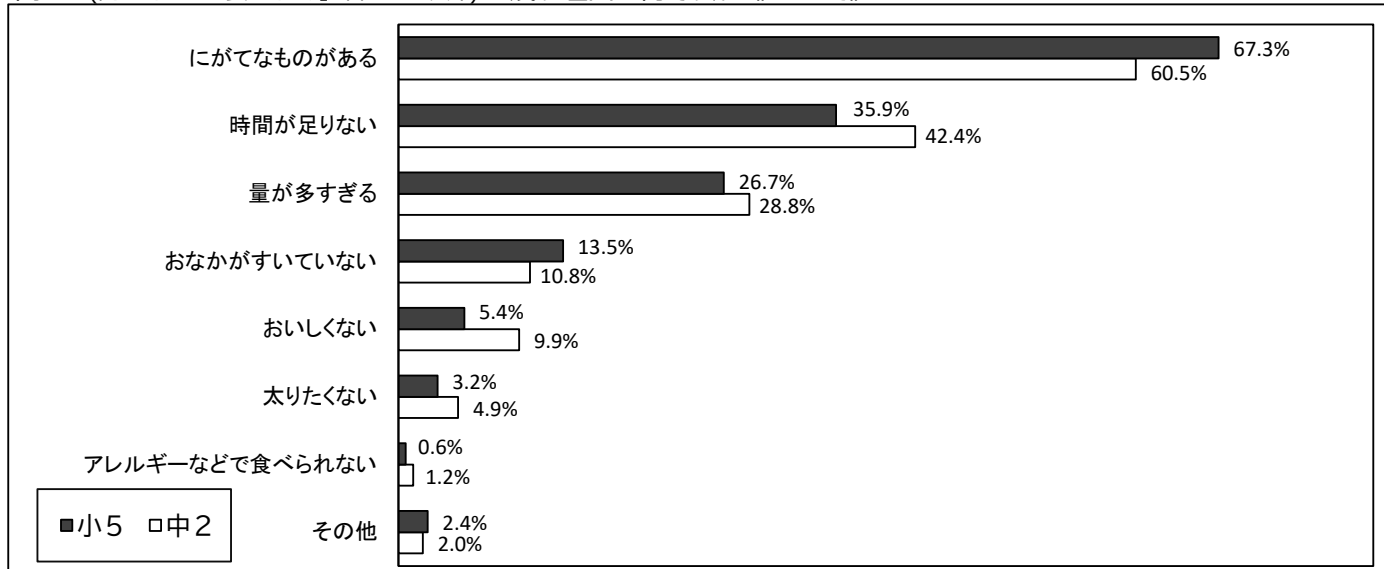
問2 給食が好きな理由は何ですか（2つまで）



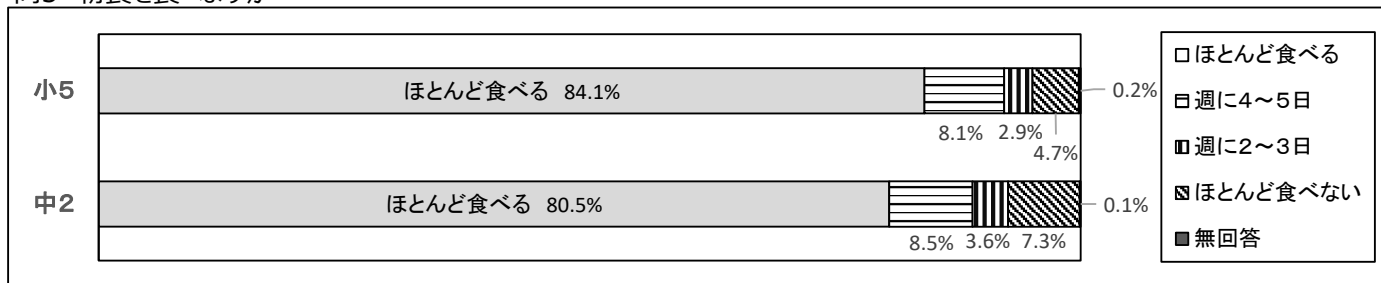
問3 給食で出た食事を全部食べていますか



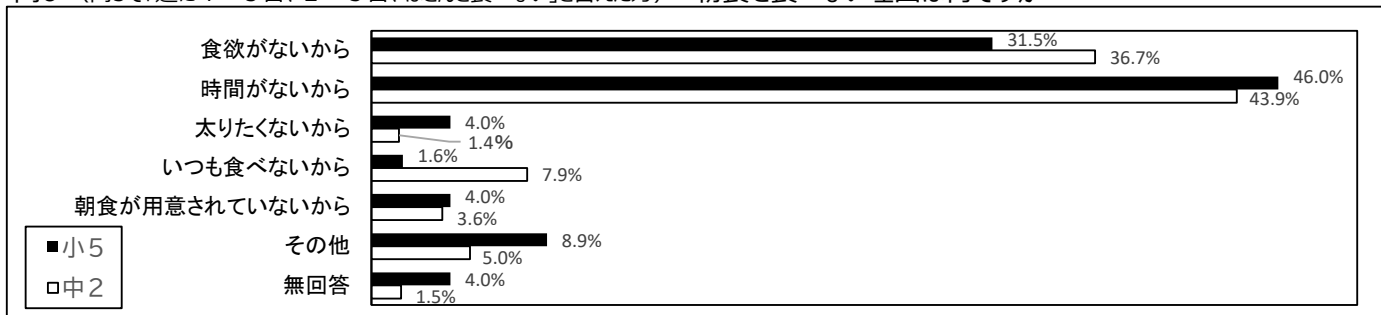
問4 （問3で「いつも食べている」と答えた方以外） 残す理由は何ですか 《2つまで》



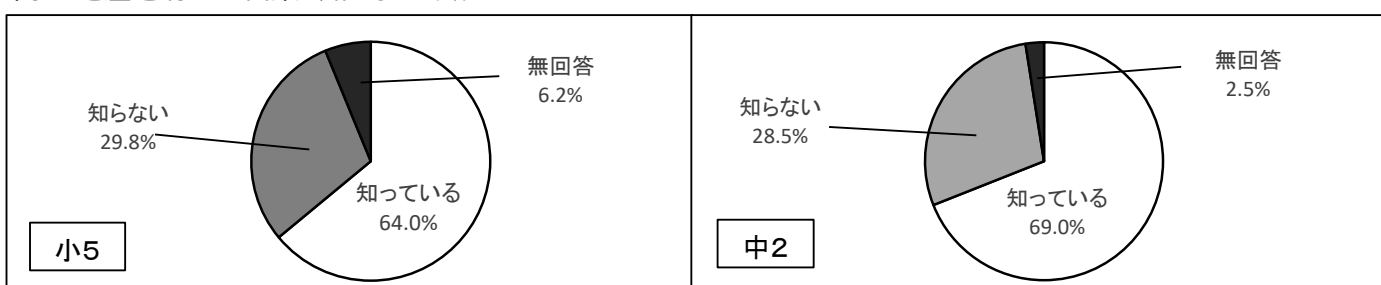
問5 朝食を食べますか



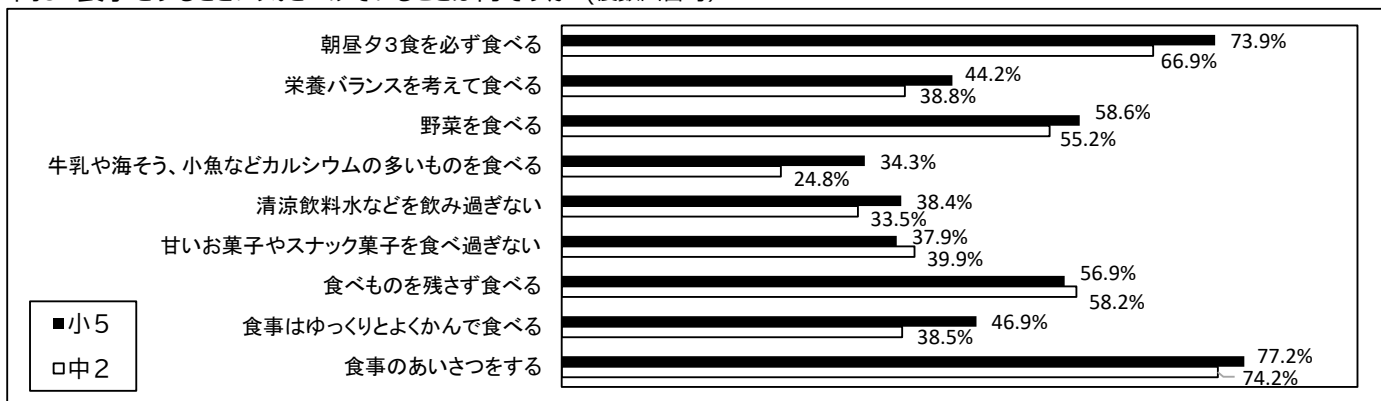
問6 (問5で「週に4～5日、2～3日、ほとんど食べない」と答えた方) 朝食を食べない理由は何ですか



問7 地産地消という言葉を知っていますか



問8 食事をするとときに気をつけていることは何ですか (複数回答可)

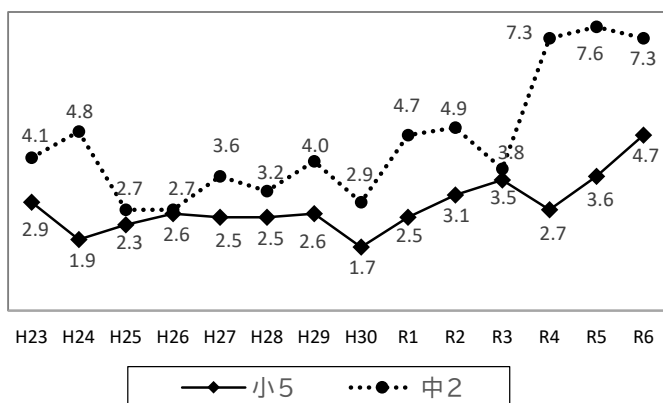


～ 朝食欠食0%をめざして～

食育基本法が制定され、子供の朝食喫食率を100%とすることを目標としておりますが、今年度も目標達成は厳しい状況です。

令和3年度から令和7年度のおおむね5年間を期間とする第4次食育推進基本計画でも「朝食を欠食する子供の割合を0%にする」という目標値が設定されています。しかし、佐野市の朝食欠食率を見てみると、「ほとんど食べない」と回答した児童生徒が年々増加傾向にあり、生徒は、昨年度に比べるとやや減少しましたが、児童においては、昨年度より増えていることが分かります。朝食を食べることは、基本的な生活習慣を身に付けるために重要です。一日の生活リズムを整えるためにも、できるだけ毎日食べる習慣をつけましょう。今後とも、朝食習慣の定着を目標に、各学校と連携しながら食育を進めていきたいと思ひます。ご家庭でも、ご協力をよろしくお願いいたします。

朝食を欠食する子どもの割合 (%)

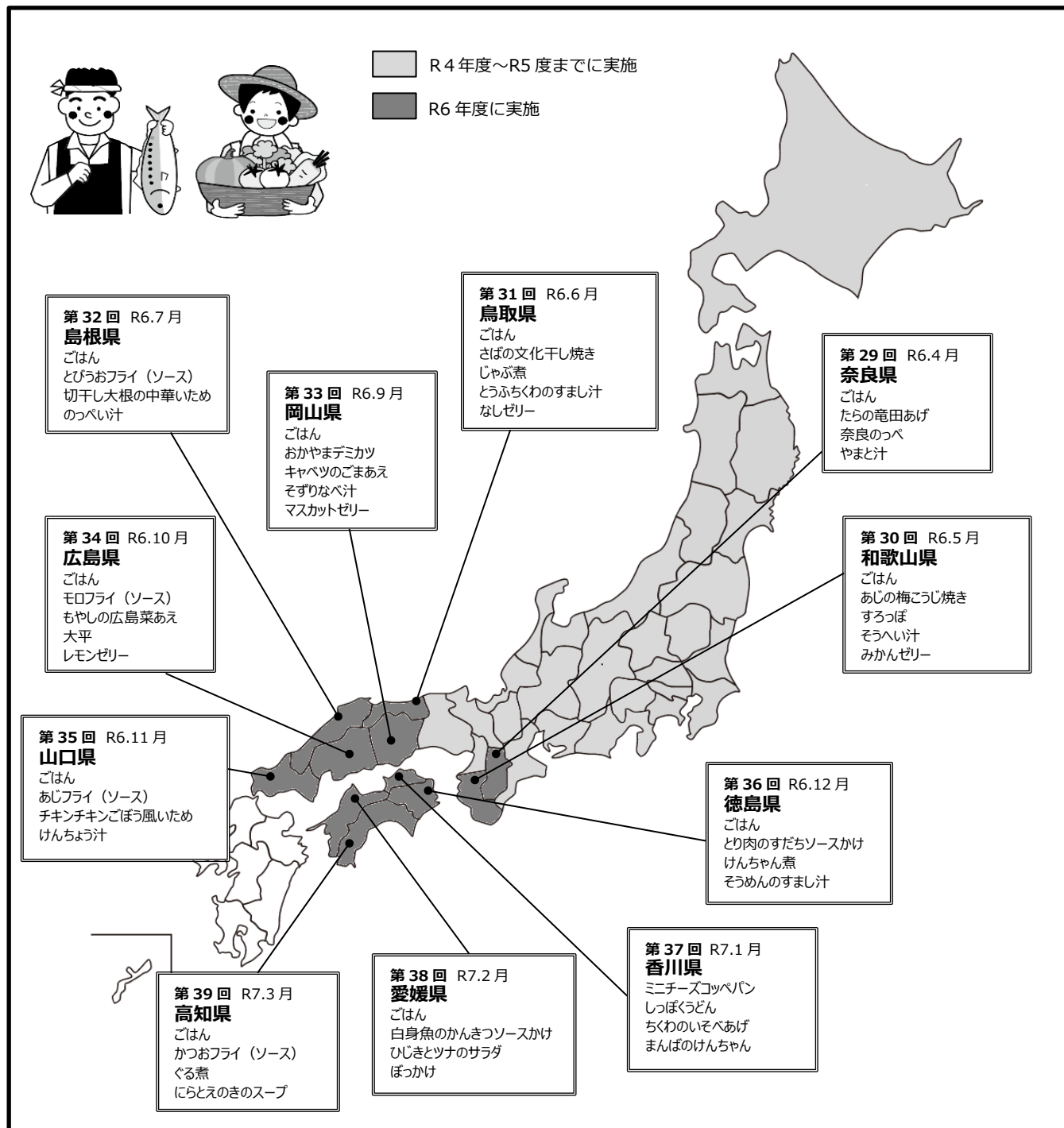


日本味めぐり

～食文化と郷土料理～



佐野市の学校給食では、令和3年10月から毎月1回、「食」で日本を一周する「日本味めぐり」をスタートさせました。今年度3月に39回目を実施し、いよいよ九州地方と沖縄県を残すのみとなりました。児童生徒からは、「日本各地に旅行している気分になって楽しい」「食文化を知るよい機会になる」という嬉しいご意見もいただいています。和食は、栄養バランスに優れ、長寿国である日本の食事は、世界的にも注目されています。来年度も、各都道府県の郷土料理や伝統料理をはじめ、各地の特産物を使った料理やご当地グルメなどを献立に取り入れ、「おいしいね！」でも紹介していきますので、お楽しみに！



【学校給食費について】

保護者の皆様にご負担いただいている学校給食費は、すべて食材の購入にあてられています。未納とならないようにご協力お願いいたします。令和7年度第1回目(4月分)の口座振替日は、5月8日(木)です。前日までにご登録の口座へご入金をお願いします。年間の振替予定は後日お配りしますのでご確認ください。



■学校管理課学校管理係(給食担当) Tel 20-3051

■南部学校給食センター Tel 27-2091

■北部学校給食センター Tel 62-5871