

食育だより

syokuiku-dayori



令和5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、食事前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2日～4日の3日間、佐野市役所を会場に開催し、300人を超える多く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等を行い、大変好評でした。子供たちは、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。



来場者の感想

- 日本味めぐりはすごいですね！創意工夫を感じます。
- 子供から給食で食べた料理を作ってほしいとよく言われるので、HPに載っている給食レシピを参考にしています。
- 豆つかみゲームや食育かるた釣りなど、子供が楽しめる企画がありよかったです。親子で楽しめました。
- 給食の歴史や取組を知ることができて、勉強になりました。（一部抜粋）

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。いくつかメニューを紹介しますので、ぜひ、作ってみてください。

第1回（北海道）

鮭のザンギ（4人分）

北海道では、鶏肉のから揚げのことを「ザンギ」と呼びます。しょうゆ味の甘辛いタレに漬け込み、衣をつけて揚げたものです。給食では、漁獲量全国1位の鮭を使って作ってみました。

| | | |
|---|--------------|---------|
| A | ・鮭の切身 | 60g×4切れ |
| | ・醤油 | 大さじ1 |
| | ・みりん | 小さじ2 |
| | ・酒 | 小さじ2 |
| | ・しょうが（すりおろし） | 小さじ2 |
| | ・片栗粉 | 50g |
| | ・サラダ油 | 適量 |

- ① 鮭の切身にAの調味料で下味をつけ、冷蔵庫で20分ほど漬け込む。
- ② 漬け込みのタレを軽く切り、片栗粉を全体にまぶす。
- ③ 160～170℃に熱した油で3～4分揚げる。

第3回（岩手県）

わかめとツナのサラダ（4人分）

岩手県が生産量全国1位を誇るわかめを使ったサラダです。お子様の苦手な海そうも、ツナと一緒にあえると、とてもおいしく食べることができます。

| | | |
|------|--------------|------|
| A | ・キャベツ（短冊切り） | 100g |
| | ・きゅうり（輪切り） | 60g |
| | ・乾燥わかめ | 3g |
| | ・ツナ缶（油を少し切る） | 1缶 |
| | ・酢 | 小さじ2 |
| | ・醤油 | 大さじ1 |
| | ・さとう | 小さじ1 |
| ・ごま油 | 適量 | |

- ① 乾燥わかめを熱湯に入れてゆでておく。
- ② キャベツ、きゅうりを熱湯でさっとゆでる。
- ③ その後、材料をよく冷まして、ツナ缶とAのドレッシングでよくあえる。

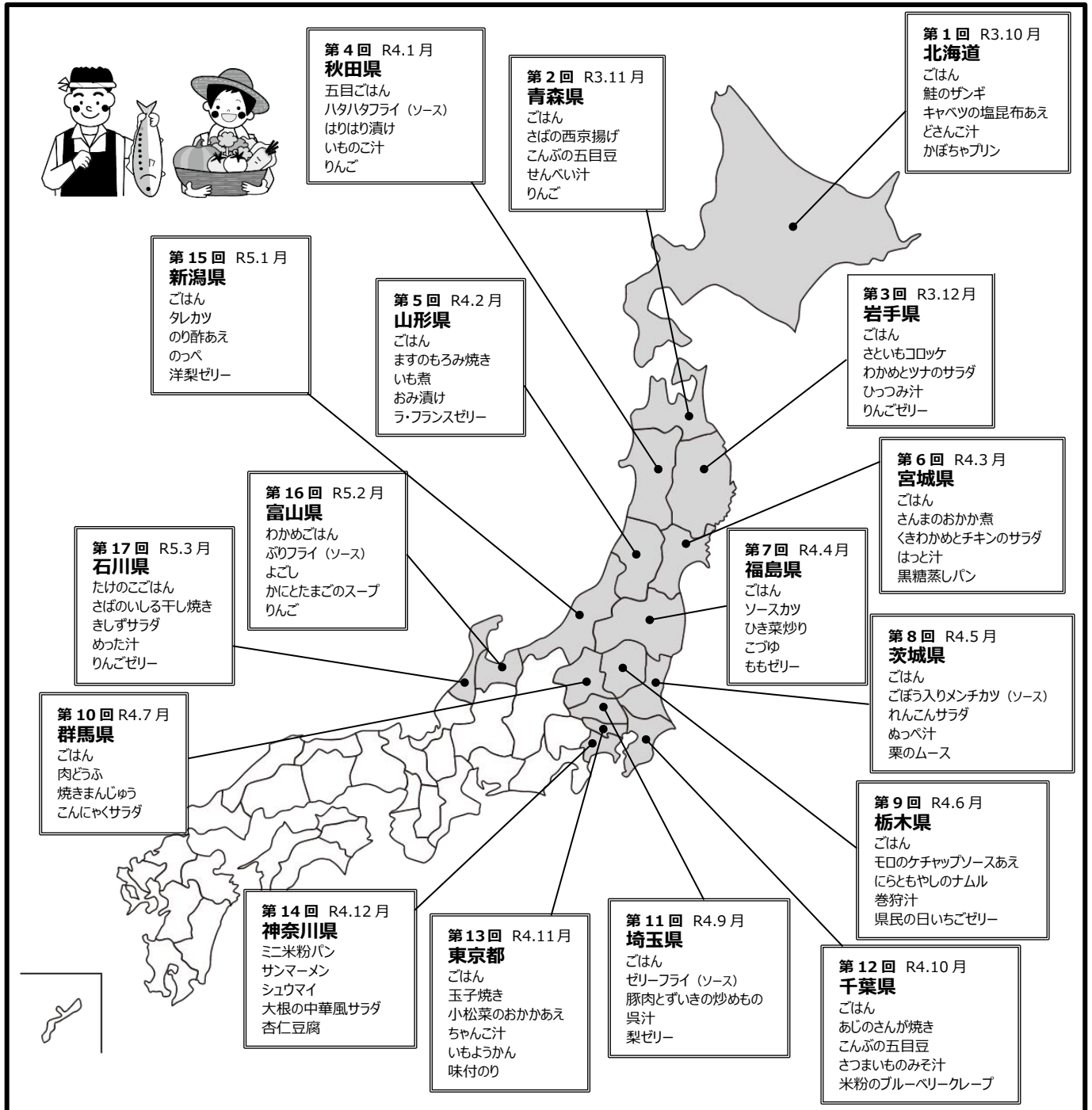


日本味めぐり

～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。児童生徒からは、「日本各地に旅行している気分になれて楽しい」「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B級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、楽しみにしてください。



【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をお願いいたします。令和5年度第1回目(4月分)の口座振替日は、5月8日(月)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。



■ 学校教育課学校給食係 TEL 20-3107

■ 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

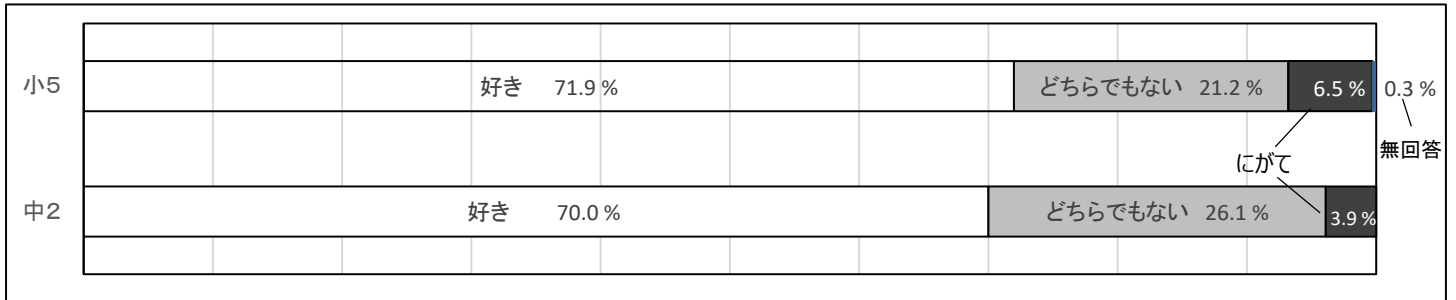
食生活アンケート結果

令和4年12月調査

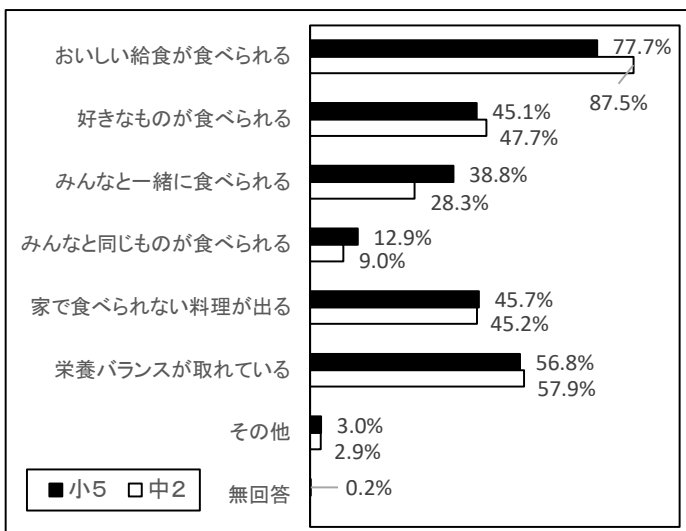


【対象：小・義務教育学校5年生 886人・中学校2年生・義務教育学校8年生 743人】

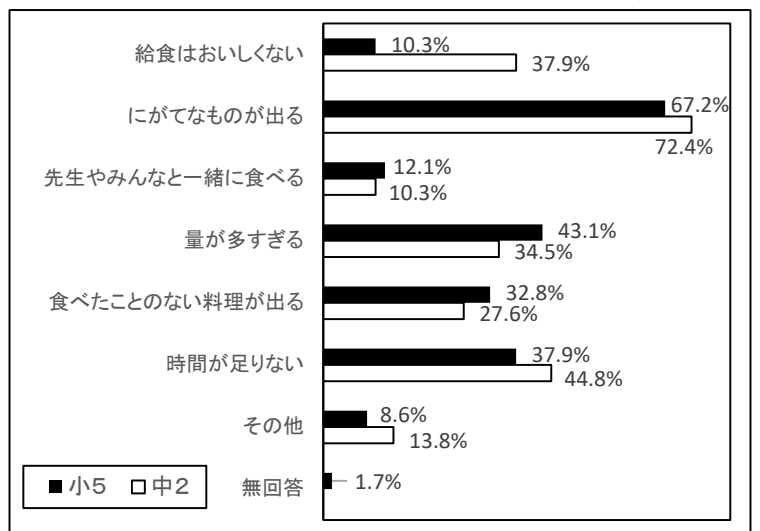
問1 給食は好きですか



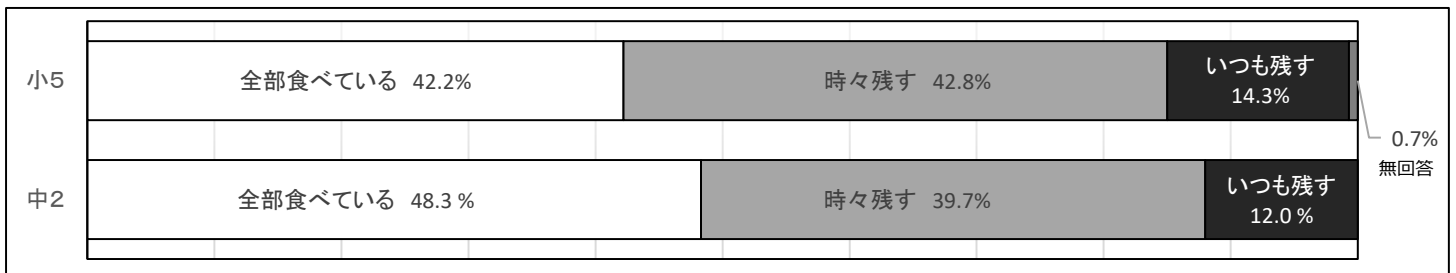
問2 給食が好きな理由は何ですか（複数回答可）



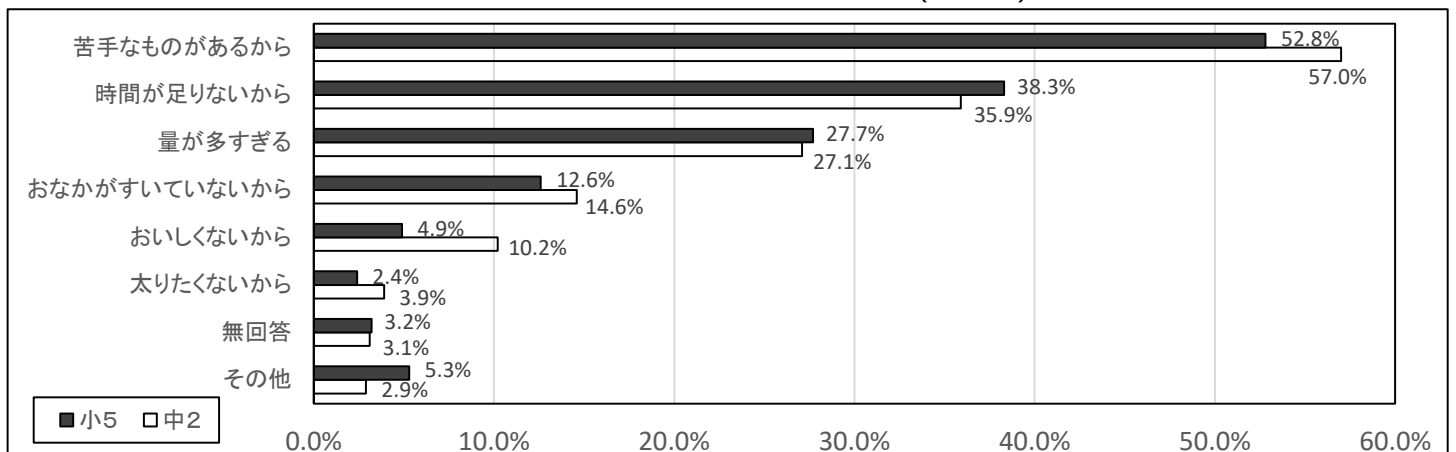
問3 給食がにがてな理由は何ですか（複数回答可）



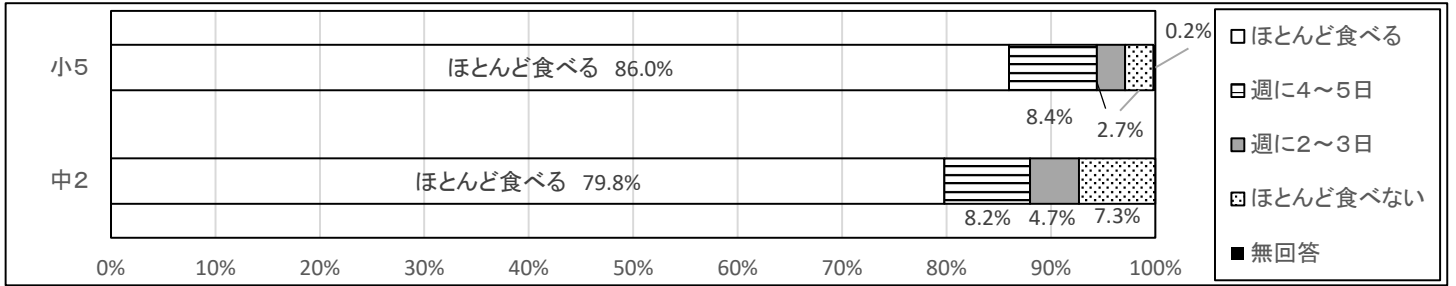
問4 給食で出た食事を全部食べていますか



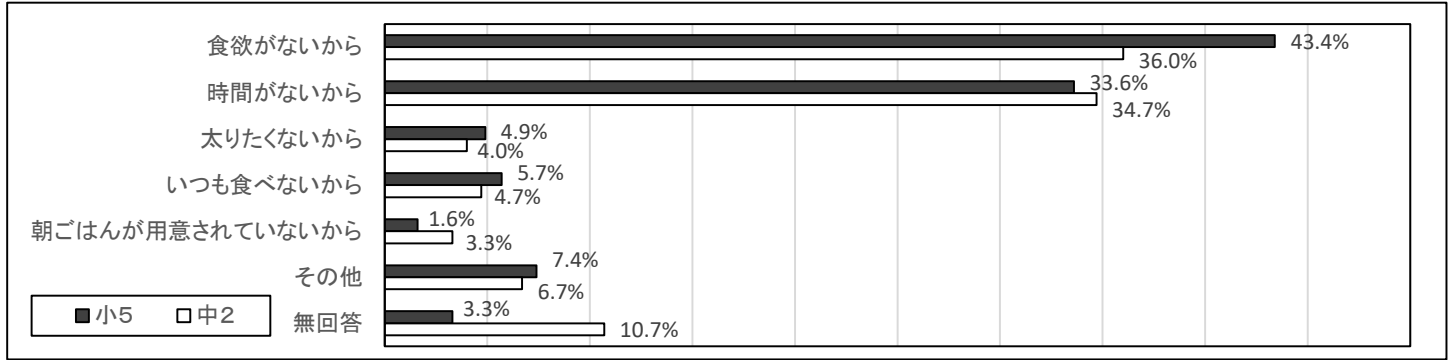
問5 問4で「ときどき残す」「いつも残す」と答えた方 残す理由は何ですか（2つまで）



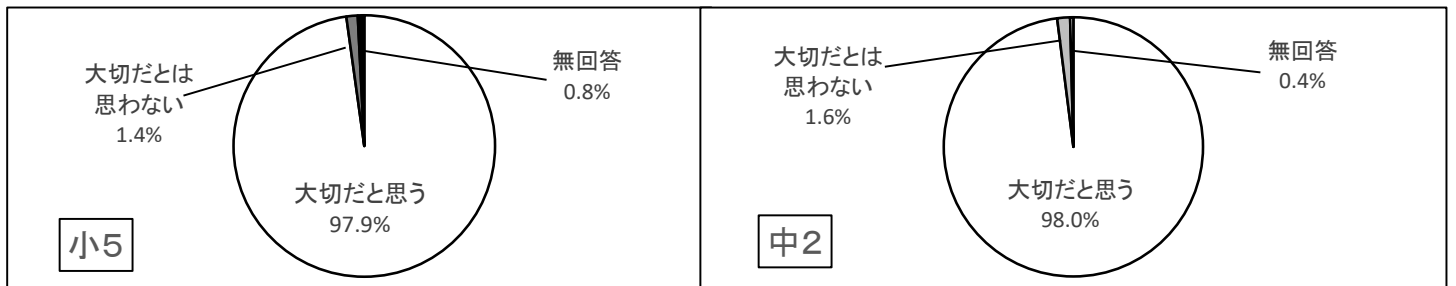
問6 朝食を食べますか



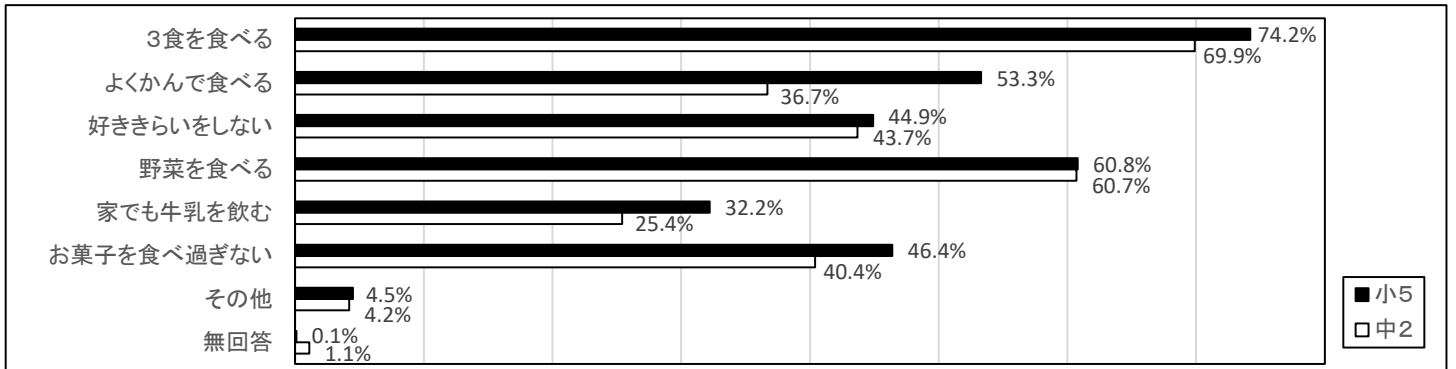
問7 問6で「週に4~5日、2~3日、ほとんど食べない」と答えた方 理由は何ですか



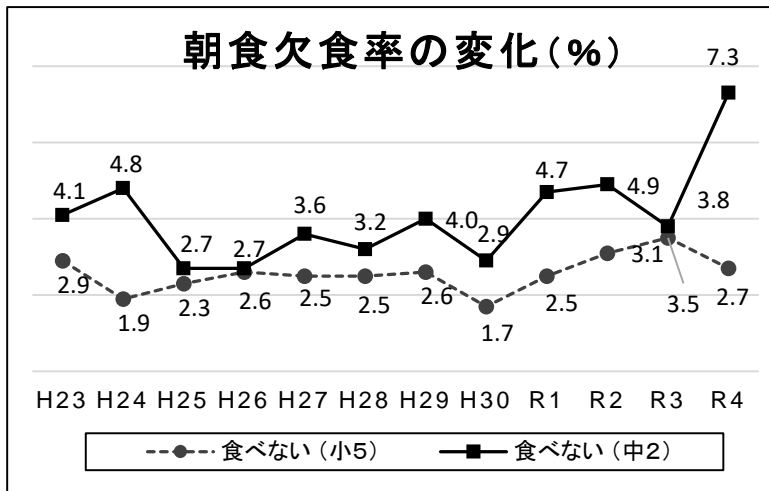
問8 食事が大切だと思いますか



問9 食事をするとき気をつけていることは何ですか (複数回答)



朝食欠食率の変化 (%)



～ 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、小学生は横ばい傾向が続いており、中学生においては「ほとんど食べない」と回答した生徒が大幅に増えたことがわかります。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。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っております。ご家庭でも、ご協力よろしくお願いたします。