

# 校長室だより(No.27)

令和3年10月26日  
丹波市立黒井小学校長  
谷口 千尋

## 学校給食の指導と食育

食事のマナーを考えました



間隔をあけて食事をとります



教室での様子です



日本の学校給食の発祥は、明治22年山形県鶴岡町(現在の鶴岡市)の私立忠愛小学校とされています。その後、都市部を中心に広まり、戦後の厳しい食糧事情を乗り越え、全国的に普及していきました。現在は小学校でほぼ100%、中学校で90%弱の学校で給食が実施されています。

丹波市では、平成19年9月から幼稚園(現在はありません)・小学校・中学校で完全給食を実施しています。安全安心でおいしい学校給食の提供と内容の充実、学校等における教育活動の一環として、健康の増進や正しい食習慣の定着をめざし、学校給食を生きた教材として活用しています。

学校給食で使われる食材は、約26.0%が地場産物(平成30年度)となっています。また国産食材の使用割合は76.0%となっています。学校給食に地場産物・国産食材を活用することは、児童生徒に自分たちの住んでいる丹波市や・国の産業及び文化への関心をもたせるなど、教育的意義も有しています。国においても、食育基本法や食育推進基本計画に基づき、郷土食や地場産物・国産食材の使用を推進しているところです。

子どもたちが毎日食べている給食の献立は、「学校給食摂取基準」に基づき、管理栄養士の資格を持つ栄養教諭等により考えられています。日本人に不足しがちなカルシウムなどは、学校給食で多めに摂取するよう配慮されています。また、学校給食のナトリウム(食塩相当量)は、1日の目標量の1/3未満を基準としています。給食を食べると薄味に感じることもありますが、それは濃い味付けに慣れてしまっているからかもしれません。給食では、「だし」を取って食材のうまみを引き出すことにより、ナトリウムを抑えるなどの工夫も行っています。一人一回当たりの学校給食のナトリウム(食塩相当量)は、平成7年からと比較しても半減しているそうです。

今日は、学校給食センターから栄養教諭の先生に来校頂き、1年生で食育の授業を行いました。「食事のマナー」を中心に正しい食習慣についてみんなで考えました。