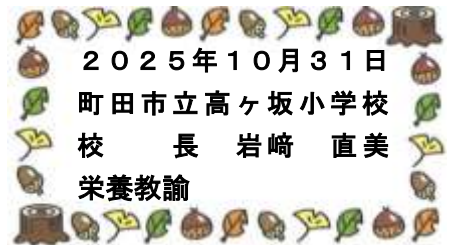


11月給食だより

アンケート結果



10月上旬に保護者の皆様、児童に向けて、給食に関するアンケートを実施いたしました。保護者様回答率は42.4%、児童回答率は80.5%でした。

ご協力いただきまして、ありがとうございました。結果は以下の通りです。

【提供量について】

給食の時間は児童の93.8%が楽しみであるという結果でした。給食の量について、ちょうどよいと答えた児童が約70%でした。本校では、児童の身長・体重から必要なエネルギー量を計算しています。国で定められている給食での必要エネルギー量は中学年で650kcalですが、本校では580～630kcalの範囲で提供しています。基準の必要エネルギー量を基に各学年に応じた量を提供しています。また、各クラスの配缶量は、必要量より少し多めに提供し、個人差による量の調整が可能のようにしています。結果として残菜がゼロになる日はありませんが、不足はしておりませんのでご安心ください。

【給食の残菜について】

給食を残してしまうという児童が51.1%という結果でした。その理由として一番多かったのが、「苦手なものがあるから」でした。野菜が苦手という答えが多く、中でも**なすやきのこ**という回答が多いことがわかりました。魚類も上位に登場し、**ししゃも**や**いか**が苦手という結果となりました。また、日頃の残菜の様子を見ていると、**こんにゃく**や**かまぼこ**など、食感に特徴のあるものや、**ひじき**や**昆布**など色の黒いものを減らしに来る児童が多い傾向にあり、見た目や食べたことがないものに関しても、残してしまう理由となっているようです。



2番目に多かったのは、時間が足りないと答えた児童でした。4時間終了後、声かけをしてもなかなか給食の準備にとりかからなかったり、早く準備をすませ、食べる時間を確保できていてもおしゃべりに夢中になり、時間内に食べ終わらなかったりという理由です。給食当番だけが仕事をするのではなく、一人一人が協力することの大切さ、食事のマナーにおける適切な会話について、今後も引き続き指導を行っていきます。

【味付けや料理について】

給食の味付けについて、児童の回答はちょうどよいと答えた児童は85.6%でした。学校給食における食塩相当量は1食当たり2g未満と定められています。しかし、児童は給食のみを食べているわけではなく、総菜や外食、お菓子類など味付けがしっかりついているものも食べています。その味に慣れてしまうと、給食の味だと物足りないと感じてしまうこともあるかと思いますが、将来、生活習慣病などにならないためにも、今から薄味に慣れておくことも必要です。

また、給食では様々な国の料理を提供しています。味覚の発達時期である今、いろんな味に触れることも大切です。食べないから提供しない、ではなく、新しい味にであう機会ですので興味をもってもらえるように声かけをしていきます。

日本人の伝統的な食文化 **和食** に親しもう

「和食」というと何を思い浮かべますか？ ご飯・みそ汁・おかずの組み合わせや、すし、そば、うどん、天ぷら、おでんなどの料理を思い浮かべる人もいるかもしれません。また、ラーメンやカレーといった外国から伝わった料理も、アレンジが加えられて日本独自の料理として発展し、外国人観光客にも人気のメニューとなっています。



一方で、ライフスタイルの変化によって、地域に伝わる郷土料理や行事食などの伝統的な食文化が失われつつあり、その保護・継承が課題となっています。そのような背景から、**2013年**に「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産へ登録されました。これは料理としての和食だけでなく、「自然の尊重」という日本人の精神を体現した食に関する「社会的慣習」のことで、以下の4つがその特徴として挙げられています。



「和食」の特徴

多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重	健康的な食生活を支える栄養バランス	自然の美しさや季節の移ろいの表現	正月などの年中行事との密接な関わり
--------------------------	--------------------------	-------------------------	--------------------------

「和食」に欠かせないもの



ご飯として食べるほか、団子や餅にしたり、発酵させて調味料にしたりと、形を変えて用いられます。



昆布やかつお節、煮干し、干しいたけなどの食材から「うま味」を引き出したもので、和食の味の基本です。「うま味」は日本人が発見した日本独自の味覚で、海外でも「UMAMI」と呼ばれます。



微生物の力を利用して、独特な風味やうま味を作り出した発酵調味料の数々も、和食には欠かせません。

日本の食文化を大切にするために、心がけたいこと

食器を正しく
並べましょう



「いただきます」
「ごちそうさま」を
心を込めて言いましょう



お箸を正しく
使いましょう



地域に伝わる郷土料理や
行事食を味わってみましょう

