



食育めも

つるつるのまぜにょかめかめ



清瀬市立清瀬第二中学校
校長 牧口 弘一
栄養士 鶴田 有里
甲田 桃子

一年間の成長を見つけよう

今年度最初の食育めもで、「給食は学校教育の一環で行われるため、人間形成や生きる力を育むための目標が定められている」というお話を紹介しました。一年を通して、給食の目標を達成する、もしくは達成に近づくことは出来たでしょうか？皆さんそれぞれ、自分なりの成長が感じられているといいなと思います！



塩分の摂取量に気をつけよう

3月8日～12日、3年生の特別時間割にて「減塩」をテーマにお話をさせていただきました♪

とある県の調査では、親が塩を摂り過ぎていると子どもも摂り過ぎる傾向があるそうです。中学校を卒業して自分で食事を選ぶ機会が増えるお子様のためにも、減塩の取り組みについてご家族で考えてみてはいかがでしょうか？

卒業後も健康な食生活を送ることができますように★
応援しています!!



清瀬市産人参を使ったパンの名前決定!



たくさんのご応募、ありがとうございました！次年度は「ニンニンパン」として使用できるよう、引き続き清瀬市が準備をしていく予定です！お楽しみに♪

春休み中も1日3食しっかり食べて生活リズムを整え、元気に過ごしましょう!

※裏面には清瀬市内の小中学校で使用している給食食材の産地を掲載しています。(令和5年度 12.・1月分)