



もぐもぐだより(食育だより)

宇都宮市教育委員会 令和2年度 第3号



食に対する関心や、感謝の気持ちを持って〇だよ。

子どもの頃からの食育が重要です。

農林水産省が、18～39歳の人を対象に行った調査によると、小学生の頃に「学校で食に関する指導を受けた」や「1日3食決まった時間に食事をしていた」と回答している人ほど、健全な食生活を実践しようと常に心掛けている割合が高いという結果が出ています。

子どもたちが、大人になってからも健康に過ごせるよう、これからも学校と家庭の両方向から食育を進めていきましょう。

小学生時代の食生活

食に関する指導



大人になってからの健全な食生活の実践につながる。

※ 調査結果の詳細については、農林水産省HP参照「若い世代の食事習慣に関する調査」で検索

「おにぎりの日」の実施に、御協力ありがとうございました。

今年度の「お弁当の日」は、右の目標の達成を目指して、児童生徒が主食のおにぎりを家庭で作って持参する方法（「おにぎりの日」）で行いましたが、お子様は達成できたでしょうか。

ぜひ、普段の食事でも継続して行い、その他にも、おかずやみそ汁づくりなど、できることを少しずつ増やせるよう働きかけをお願いします。

「おにぎりの日」の目標

〔全児童生徒ができるようにすること〕

①ご飯をしゃもじで茶わんによそうことができる。

②おにぎりを作ることができる。

〔小学5年生～中学3年生までができるようにすること〕

③ご飯を炊くことができる。



1月24日～30日は、

全国学校給食週間

学校給食は、明治22年に山形県で子どもたちに昼食を提供したことが発祥とされ、その後、全国各地へと広がりました。

戦争の影響で中断しましたが、戦後、子どもたちの栄養状態を改善しようと、アメリカの救援団体の物資支援を基に給食が再開しました。昭和21年12月24日に贈呈式が行われたことから、この日を記念して「学校給食感謝の日」としましたが、昭和25年度からは、冬休みと重ならないよう1か月遅れの1月24日～30日の1週間を「全国学校給食週間」と決めました。

この期間中、各学校では、児童生徒が学校給食への関心を高められるよう、郷土料理や海外の料理を献立に取り入れるなど工夫した給食を提供しますので、食卓での話題にしてください。

また、市教育委員会においても下記の取組を実施します。

小中学校における食育の取組パネル展示

【開催期間】令和3年1月25日(月)～29日(金)

午前8時30分～午後7時(初日は午前10時から、最終日は午後3時まで)

【開催場所】市役所1階 市民ホール

【主な内容】学校給食の歴史、学校給食の調理の様子、小中学校の食育の取組 など



給食で
愉快だ
宇都宮
UTSUNOMIYA

本市の学校給食レシピを「クックパッド」で発信中。

アドレス <https://cookpad.com/kitchen/14312506> QRコード



～ 食育スローガン：食事のときには、感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ごちそうさま」 ～

<問合せ：宇都宮市教育委員会学校健康課 学校食育グループ TEL 632-2757 >