

# 壬生町の食育と学校給食



壬生町教育委員会

近年の食生活を取り巻く環境の変化に伴い、偏った栄養摂取、朝食の欠食や肥満・痩身傾向など、子どもたちの健康に関する問題が深刻化しています。

壬生町では、小中9年間を通じた教育活動の中で、給食室で作られるおいしい給食を教科書として、子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けられるよう『食育』を進めています。

そして、子どもたちが生涯にわたり健全な心と身体を培い、豊かな人間性を育てていくことが出来るよう、学校、地域、家庭で連携を図っていきたくと考えています。

## ■「食育」とは…

### ●語源

明治時代に陸軍漢方医であった石塚左玄がその著作の中で「体育智育才育は即ち食育なり。」と造語により用いたのが最初とされています。

食育は、生きる上での基本であって、知育、徳育、体育の基礎となるべきものです。

## 壬生町内の小中学校における食育の重点目標

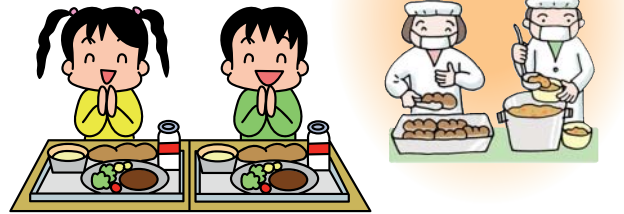
### 食に興味関心をもち よりよく選べる子ども

学校給食を好ましい食事の見本として毎日食べることで自分にとってよりよい食事のしかたを体得していきます。望ましい食習慣を自ら培い、生涯に渡り実践していく力を育てます。



### 郷土を愛し 食に感謝の気持ちをもつ子ども

地場産物を生かした豊かでおいしい給食を通じて、郷土を愛する心や食に対する感謝の気持ちを育てます。



## 早寝・早起き・しっかり朝ごはんを実践する子ども

子どもたちの『生きる力』を育むためには、基本的な生活習慣を身につけることが大切です。生活のリズムを整え、バランスのとれた朝ごはんを毎日とる子どもたちを家庭と連携し育てていきます。



## みぶっ子 か条

- 一、早寝・早起き・しっかり朝ごはんを  
実践します。
- 一、体力づくり(運動・外遊び)に  
励みます。
- 一、毎日家庭学習をします。
- 一、読書の時間を作ります。
- 一、論語を生活に生かします。
- 一、人の話を最後まで聴きます。
- 一、ひきょうなことはしません。

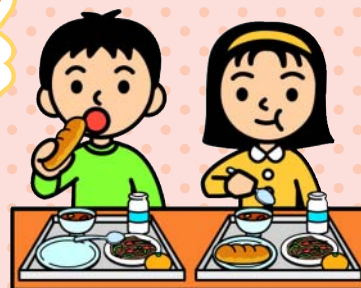
### みぶっ子か条

壬生町を誇りに思い、立派な大人に育って欲しいという思いがこめられ「みぶっ子7か条」が作られました。「早寝・早起き・しっかり朝ごはん」はその中の一つにもなっています。

# 壬生町の学校給食

壬生町の子どもたちは「給食が大好き！」

町内の小中学校でのアンケート結果で、給食が好きと答えた児童生徒は全体の約8割。その理由で多かったのが『おいしいから』『栄養のバランスのとれた食事が食べられるから』『みんなと一緒に食べられるから』でした。

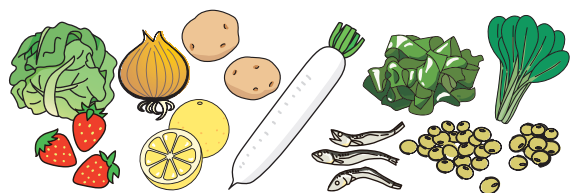


## 壬生町の学校給食について

### 成長期の子どもたちに必要な一食分の栄養量を確保しています

文部科学省の『学校給食摂取基準』に基づいて、成長期の子どもたちに必要な栄養量が確保できるように献立を作成しています。

特にカルシウムは一日の目標量の50%を、ビタミン類は33~40%が取れるようになっています。それでも一日に必要な栄養量をすべて充足することは難しいので、ご家庭でも栄養バランスのとれた食生活を心がけてください。



### 地産地消を推進しています

新鮮でおいしい地元食材を使って、季節感あふれる給食を提供しています。

J Aしもつけや地元の生産農家のご協力で、壬生町産野菜を取り入れています。お米は壬生町産コシヒカリ100%、11月からは新米に切り替わります。

赤飯のもち米、牛乳、かんぴょう、パンに使用される小麦粉、米粉、みそなどは栃木県産品を使用しています。



### 味にもこだわりをもっています

汁物や煮物のだしは、煮干しやかつおぶしからていねいにとっています。味覚の発達する時期に、本物の味と香りを知ってほしいという思いからです。

また、旬の魚や野菜を献立に取り入れ、手作りの給食に心がけています。節分やひなまつり、こどもの日など、季節の行事食を実施したり、給食週間には「日本味めぐり」と題して日本各地の料理を味わうこともあります。



### 衛生管理にも配慮しています

文部科学省より示されている、厳しい衛生管理基準に基づき給食の調理はおこなわれています。

子どもたちに安心安全な給食の提供に心がけています。



壬生町教育委員会事務局学校教育課

☎0282-81-1869

「壬生町の食育と学校給食」  
教育委員会サイト内  
<http://www.mibu.ed.jp/>  
携帯電話からも閲覧できます。  
バーコードを読み取ってください。

