

給食だより

4月

ひたちなか市立長堀小学校
令和3年4月6日



ご入学、ご進級おめでとうございます。新型コロナウイルス感染拡大がまだまだ続いていますが、色とりどりの花が咲き始める季節となり、新年度が始まりました。今年度も子供たちの健やかな成長のために、安全で栄養バランスのよい給食の提供と、楽しく学べる食育をしていきたいと思ひます。1年間どうぞよろしくお祈ひします。

きゅうしょく じゅんび あとかたづ 給食の準備や後片付けをきちんとしよう

こんげつ きゅうしょくもくひょう
今月の給食目標

長堀小の給食を見てみましょう

今どきの給食って、何がどんなふうに出ているの？ 誰がどんなふうに決めているの？
今回は、そんな給食の裏側を少しだけお伝えします。



【デザート】（月約2回）

ヨーグルト・ゼリー・プリン、行事食のかしわもちやひなあられなどが出ます。予算や栄養価を考慮して決めます。

【飲み物】 水戸市「いばらく乳業」の牛乳、飲むヨーグルトなどが出ます。

【おかず（主菜・副菜）】

主菜のおかずでは、肉・魚・豆・卵をバランスよく取り入れています。味付けや調理方法も偏らないように工夫しています。副菜のおかずでは、なるべく地元でとれた新鮮な野菜を使い、ドレッシングも給食室で毎回手作りしています。

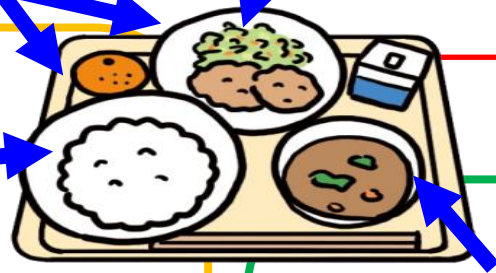
【主食】

ごはん（週約3回）：

東海村の「燦食」に炊飯委託。
市産コシヒカリ100%使用。お弁当箱の白ご飯が中心です。学校で作った具とごはんを混ぜ合わせ、混ぜご飯・チャーハンなども出しています。

【パン（週約2回）】：大成町の「梅子町製菓」に加工委託。食パン・コッペパン・黒パン・ミルクパン・米粉パンなどが出ます。給食室でも、パンをさらに調理して、ピザトーストや揚げパンなども手作りしています。

【めん（月約2回）】：地元B級グルメ「那珂湊焼きそば」やスパゲッティを学校で作って出しています。「ソフトめん」は年に1回出ます。



減塩もたべよう



【汁物】

和風の汁物は、毎回30分以上かけて、かつお節からだしをとっています。子供たちの健康のために「減塩・薄味」を心がけ、野菜なども多く摂れるよう、汁物は実たくさんにしています。

【煮物】

カレー・肉じゃが・マーボー豆腐・ひじきの炒め煮・きんぴらなどが出ます。大きな鉄釜で様々な具材を入れて大量に作るため、様々な具材からうまみが出ておいしく仕上がります。ご家庭では食べる機会が減少している和食の煮物も、出すようにしています。

●献立作成・衛生管理・食育指導担当

・栄養教諭 舟橋 真紀

今年度より、ひたちなか市立平磯小学校より赴任してまいりました。毎日給食が心待ちな時間になるよう、おいしい給食の献立を考えていきます！食べたいメニューなどがあれば、ぜひ教えて下さいね♪どうぞよろしくお願いいたします。



●調理担当：8名

- ・常勤調理員 坏 博子
- ・非常勤調理員
- 磯崎 当美子 菅野 輝美
- 塚田 典子 黒沢 佳奈
- 高橋 和江 川上 悦子（前渡小より）
- 酒井 美香（新規採用）



約600人分の給食を新体制で力をあわせ、愛情をこめて、安全でおいしい給食を作っていきます。よろしくお願いいたします。

ひたちなか市の給食について

（令和3年度4月現在）

Q1:メニューを決めるのは？ A1:市内小中学校等に配属の栄養教諭16人と市役所の管理栄養士2人で決めています。

Q2:どのようにして決めているの？ A2:各月3回の会議（原案会議⇒全体検討会議⇒給食主任会議）があり、提供月の約2ヶ月前から関係者で給食物資の試食・試作等を行い検討しています。

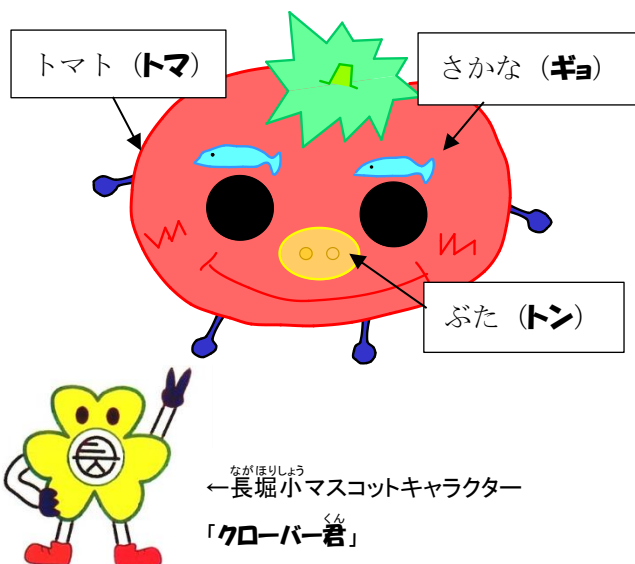
Q3:メニューは違うの？

A3:基本的に同じメニューでブロックごとに提供される日が異なります。学校で給食を作る自校調理と、給食センター等で作るセンター調理があります。昨年までは、それぞれで異なるメニューでしたが、今年度から市内統一の献立となりました。

現在、市内の各給食施設が老朽化しているので、衛生的な調理のため、順次、給食室の改修工事を行っています。その間は、1年間給食センターから配送される給食になります。本校でも数年後に予定されています。

自校調理			センター調理	
Aブロック	Bブロック	Cブロック	給食センター	湊三小共同調理場
勝倉小	佐野小	中根小	田彦小（給食室改修のため）	湊一小
枝川小	市毛小	三反田小	大島中（給食室改修のため）	湊二小
東石川小	津田小	前渡小		湊三小
堀口小	二中	高野小		湊地区幼稚園
外野小	佐野中	長堀小		
美乃浜学園	田彦中	一中		
那珂湊中		三中		

ながほりしょうがっこう 長堀小学校の給食キャラクター「トマトンギョ」



ながほりしょうがっこう 長堀小学校には、10年ほど前から児童が考えた給食のマスコットキャラクターとして「トマトンギョ」がいます。名前の由来は、トマトンギョの体はトマトや魚、豚肉など色々な食べ物からできているように、人間の体も同じように色々な食べ物を食べて栄養をとって作られていることを、みんなに伝えるためにやってきたそうです。長堀小のキャラクター「クローバー君」とも友達です。また、長堀小の児童のみなさんとも仲良くなりたいたいようなので、どうぞよろしくお願いいたします。

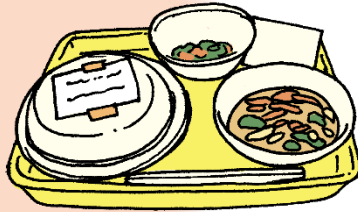
給食での食物アレルギー対応は？～みんなが安全に楽しく食べるために～

食物アレルギーは特別なものではありません。みなさんに身近な「花粉症」も、実は同じアレルギーです。アレルギーがある人もない人も、みんながアレルギーについて正しく知ること、事故を防ぎ、安全に楽しく食べることができます。

食物アレルギーについて知ってほしいこと

食物アレルギー対応食がある日があります

対応食はおうちの人と学校が相談して決めています。きちんと本人に届くようみんなで気をつけましょう。



食物アレルギーは好き嫌いとは違います

好き嫌いやわがままとは違います。食物アレルギーのある人の気持ちになって考えてみましょう。



アレルギーのある人はできないことがあります



周りの人も見かけたら、すぐに先生へ知らせましょう。

からだがかゆくなる

さまざまな症状があります

息が苦しくなる

ふれたりや吸い込んだりするだけで症状が出てしまうことがあります。牛乳のリサイクルや配膳台のそうじなど、学校生活の中でできないことがあります。

アレルギーの症状はさまざまです。アレルギーのある人がつらそうにしていたり、自分に何か変わったことが起きた場合は、すぐに先生に知らせましょう。



おなかがいたくなる

保護者の皆様へ

本校では、すべての児童が極力同じに給食を食べられるよう、食物アレルギーを有し、学校生活で対応を希望する児童(例年10名程度います)に対して、文部科学省の「食物アレルギー対応指針」等に基づき、安全を最優先にして可能な限りアレルギーの原因となる食品を除いた除去食(対応食)を提供しています。また、除去食では対応できないメニューに関しては、ご家庭から代替の食事を持参していただいております。

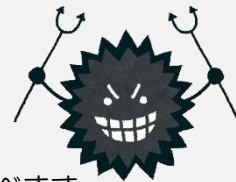
長堀小 HP ぜひ見てみてください

本校のホームページに「給食日記」として日々の給食の写真を公開しています。ほぼ毎日更新していますので、ぜひご覧いただき、食卓の話題にしていただければ幸いです。

⇒ PC やスマホで **長堀小 給食** で検索

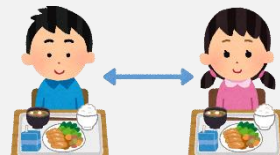


給食での新型コロナウイルス感染防止の対応について



1 食事環境

- (1) 教室での会食にあたっては、飛沫を飛ばさないよう、対面ではなく**前向き**で食べます。
極力会話を控えるなどの対応も適宜配慮します。
- (2) 食事の準備を開始する前に、窓を開けて十分な換気を行います。



2 食事前の準備

- (1) 給食の配食を行う児童及び教職員は、白衣やエプロン、三角巾、マスク等、衛生的な服装をしているか、手指は確実に洗浄したか等、給食当番活動が可能であるかを毎日点検し、適切でない認められる場合は給食当番を代えるなどの対応をとります。
- (2) 給食当番はもとより、児童全員に食事の前・トイレ使用後の手洗いを徹底します。
- (3) 食缶やパン箱等の容器を床に直置きしないように徹底します。

3 ご家庭でのお願い

清潔な白衣・マスク・ハンカチ・おはし・テーブルクロスを毎日忘れず持参していただき、お子さんが衛生的な状態で使えるように、お手数ですがご家庭で毎日管理をしてください。

給食費について(お知らせ)

保護者の皆様からお支払いいただく給食費は、すべて子供たちが食べる食材費に充てられています。光熱費や人件費などは市が負担しています。子供たちが毎日楽しみにしている給食のため、学校給食の運営にご理解とご協力をお願い申し上げます。



●給食費：月額4,300円/人（日割り換算：245円/食）

※毎月指定された口座から引き落としします。初回の4月分と5月分の給食費は合算して5月に引き落としとなります。今後の感染症拡大の状況により、変更がある可能性もあります。状況により、引き落としの額は個々で異なる場合があります。引き落としができません、未納とならないように口座残高のご確認をお願いします。未納となった場合には、後ほど請求させていただきます。

年間を通して、病気・長期欠席・転出などの理由で欠食となり、事前に申し出があった場合は、市の規定に基づいた金額を返金いたします。なお、今年度から市の給食費の取り扱いに関する規約に一部変更がありました。詳しくは、後日市より別途配付される文書をお読みください。

《学校給食の放射性物質検査について》

学校給食に使用する食材及び1食分の放射性物質検査を行っています。

現在、学校給食で使用する食材の検査は、1日あたり6品目を選定して実施しています。また、共同調理場*については、毎日2品目を検査しています。

調理済みの学校給食1食分の検査については、単独調理校及び共同調理場で交互に週1回実施しています。

なお、平成23年11月から令和2年度までの検査結果はヨウ素131、セシウム134、セシウム137ともに、すべての品目について不検出でした。詳しくはひたちなか市HP (<https://www.city.hitachinaka.lg.jp/soshiki/15/3/2/index.html>) をご覧ください。

*共同調理場とは、学校給食センター及び那珂湊第三小学校共同調理場を指します。