



がっこう しょくいく

学校での食育



令和8年4月27日
北空知圏学校給食センター

学校給食は、みんなの体を育てるだけでなく、学校での大切な学びの一つです。「食べることは楽しい」「食べることは大切」という気持ちを大事にしながら、どんな食事をすると健康にすごせるのかを知るきっかけになります。

給食は、栄養教諭が考えた **“バランスのよい食事のお手本”** です。成長に必要な栄養がしっかりとれるよう、食材の組み合わせや味つけも工夫して作られています。だからこそ、毎日の給食を食べることが、みんなの元気な体づくりにつながります。好き嫌いがあっても、ひと口だけでも食べてみると、新しいおいしさに気づけるかもしれません。



給食の時間は、ただ食べるだけでなく、食べ物のことや食べ方を学ぶ“食育の時間”でもあります。

学校では、栄養教諭が授業を行ったり、給食のミニおたよりで食材のひみつや栄養のことをわかりやすく伝えたりしています。

ミニおたよりには、給食をもっと楽しむヒントがいっぱい！

ぜひ読んで、食べることへの興味を広げてみてくださいね。

