

【自主】自ら進んで学ぶ生徒【寛容】明朗で思いやりのある生徒【挑戦】健康でたくましい生徒
～夢の実現～〈重点目標〉互いに励まし合い、目標に向かってチャレンジする生徒

原町三中だより



平成29年3月3日(金) 第19号

発行責任者：校長 熊澤 正人

TEL 22-3802

給食を振り返る、 こんなにすごい南相馬市の給食

3年生バイキング給食での校長あいさつから

去る2月23日(木)に3年生のバイキング給食が行われました。校長のあいさつで生徒に給食を振り返ってもらう話をしました。以下あいさつの内容を紹介します。

皆さんの体の10分の1は 給食が作ってくれた。

一つ計算したことがあります。中学三年生は15歳。 $\times 365$ 日 $\times 3$ 食は、16425食。小学校から中学卒業までの9年間 $\times 1$ 年190回の給食は1710食。 $1710 \div 16000$ は約0.1068。約10%。そう考えると皆さんの体の10分の1以上は給食が作ってくれたことになります。お世話になりましたね。

こんなにすごい南相馬市の給食

皆さんが学校で食べていた南相馬市の給食ですが、毎日食べて気がついたことを日誌に書き留めておきました。少し紹介します。

◆味噌汁の塩加減は、自分で作るときに参考にしていきます。

給食の味噌汁が、家の味噌汁と比べて薄いと感じたことがないですか？じつは健康のため、計算された塩分の濃度が給食の味なのです。ぜひこの味を覚えておいてくださいね。

◆おかか和えのにんじんは細長く切っており、食べやすく工夫されているのですね。

将来、一人でまたは家族に食事を作るとき、煮る、焼く、炒める、蒸す、つけるなどいろいろな調理法、そして食材の切り方など参考にします。これからでも1回1回の給食をよく覚えておいて役立ててください。

◆世界の食文化を体験できる献立で生徒の食の世界が広がります。

◆献立の千草蒸し。知らなかった料理でまた一つ豊かになりました。

◆本日の煮染め、11種類もの材料が入っていてびっくり、

ここ数日の給食に入っている食材の数を献

立表から数えました。15から25種類です。

1日30種類の食材を食べると栄養的に良いそうです。その半分ないしほぼ全ての種類がまかなえていたのですね。

南相馬市の給食って実はいろいろと考えられたすごい給食だったのですよ。残り少ない給食ですが、皆さんも発見してみてください。

最も大事な安心・安全

給食で最も大事なのが、安心・安全です。調理員の方々は心をこめて作ることはもちろん、細心の注意を払って育ち盛りの小中学生に安心して安全な給食を届けてくださっています。給食を作るには、食材や調理の温度管理、消費期限、量や彩り、栄養、作業の時間管理、作る人の健康管理から消毒薬の濃度まで実に様々なチェック項目があります。どのくらいあるか想像つきますか。数えたら497項目ありました。これを毎回全てチェックし、記録しながら作ったものが給食なんです。それで今の皆さんの健康があるのですね。

見えない思いを感じる人間に

目には見えません。が私達は目の前に出された給食に、それを一生懸命作った方々の思いや手間暇、苦勞を感じる人間にならなければならないと思います。それは家庭の中でも同じです。

9年間の給食にお世話になった感謝と、そしてこれからは給食に込められた食の文化を引き継げるようお願いを込めてあいさつとします。



【バイキング給食の一コマ】