

大人になると自分の食事を自分で選ぶ機会が増えてきます。食事は体を作る基礎となるもの。そこで今回は、意外と知らない『学校給食の役割』と、地産地消や食育推進に力を入れている『JA秋田おばこの取組』について紹介します。

## 学校給食の役割

学校給食は、明治22年に山形県鶴岡市で、弁当を持ってくるのできない子どもたちに、おにぎりとおかず（焼き魚と漬物）を提供したのが始まりで、今年で120年目を迎えます。今では教育（食育）の一部として大きな役割を担ってきています。

- ① 仲良く食事することによって、良い人間関係をつくる。
- ② 栄養バランスのとれた食事をとることによって、健康な体をつくる。
- ③ 仕事を分担しあうことによって、協力することの大切さを身につける。
- ④ 手洗いやうがい、清潔なまじたくなどを通して、安全で衛生的な食生活ができるようにする。
- ⑤ 日本に昔からある食生活に気づき、郷土への関心を深める。

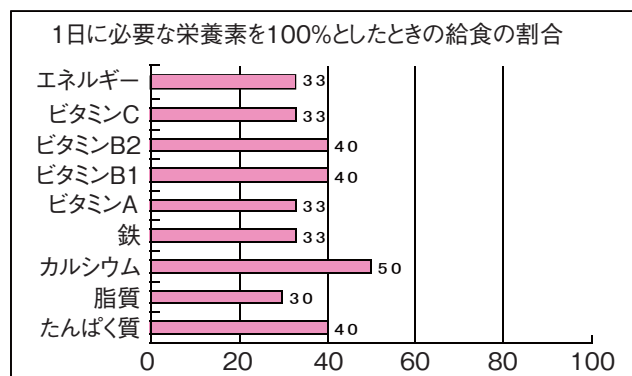


## 学校給食の内容（栄養の基準）

給食では、1日に必要な栄養量の1/3がとれるようになっており、特に家庭でとりにくいカルシウムは1/2がとれるようになっています。朝食＋夕食で100%になるように、家庭でもバランス良く食べましょう！

野菜は、地元の野菜生産農家が、丹誠込めて作った、新鮮でおいしい野菜をできるだけ使うよう心がけています。

（資料提供：仙北市角館学校給食センター『給食だより』）



## JA秋田おばこの食育の取組

JA秋田おばこでは、食育の推進と地産地消の拡大を図ろうと、次世代を担う子どもたちやその保護者等を対象に、食農教育を実施しています。

加工協議会の取組としては、管内どこの地区でも共通の味が楽しめるようにと、13地区から部会会員各数名が集まり、7月9日に『米粉ロールカステラ』の料理教室を開催しました。生地はもちろん、中のクリームにも米粉を使用するというこだわりの逸品です。

この『米粉ロールカステラ』は、受講会員により、各地区で伝達される予定となっています。



■問合せ：JA秋田おばこ生活福祉課 TEL0187(86)0887