



日野市立日野第四中学校の食育

(令和7年度 実績)



		1学期				2学期				3学期			
		4月	5月	6月	7月	8, 9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
給食指導 目標	月目標	今年度の給食のきまりを守り、仲間と協力して楽しい給食にしよう。	食事にふさわしい環境づくりをしよう。	衛生に気を付けて食事をしよう。(手洗いの励行、清潔な身支度等)	夏の食生活と健康について考えよう。	規則正しい生活とバランスのとれた食事をしよう。	給食の係分担について見直そう。	給食の楽しい雰囲気づくりをし、好き嫌いをなくそう。	冬の食生活と健康について考えよう。	食生活に関心をもとう。給食週間にあわせ、給食の歴史やねらいを理解しよう。	健康づくりを考え、食生活を見直そう。	食生活の反省をして、1年間のまとめをしよう。	
	指導内容	1年生は、生徒会オリエンテーションで確認する。 1, 2, 3年生とも掲示物等で確認する。	素早く準備をし、食事の時間をしっかりと確保できるよう声掛けをする。	給食委員が中心となり、クラスに声掛けを行う。	夏バテをしないよう、しっかりと食べることを呼び掛ける。	夏 季 休 業 日	食べるものの意味や栄養バランスについて考え、残菜が出ないように呼び掛けをする。	係分担、係の仕事をもう一度確認し、皆の意識をそろえるよう声掛けをする。	苦手なものも自分の栄養となることを考え、食べる努力をするよう声掛けをする。	体の温まる食べ物を食べ、風邪などに負けない体作りを心掛けるよう呼び掛ける。	栄養バランスに配慮された給食について考え、食べることの意味を考える機会をもたせる。	食生活を見直すことから、日々の健康について考える機会をもたせる。	給食を通して、1年間の食生活を振り返る機会をもたせる。
日野産農産物の 使用状況	トマト 小松菜 のらぼう菜 ほうれん草 葉玉葱 卵	トマト 小松菜 にんにく きゅうり 卵	きゅうり トマト 玉葱 小松菜 なす ピーマン じゃがいも にんにく とうもろこし 卵	きゅうり トマト なす 玉葱 かぼちゃ ピーマン モロヘイヤ オクラ 小松菜 じゃがいも 大根 にんにく 卵	なす かぼちゃ ピーマン にんにく じゃがいも 小松菜 りんご トマト ブルーベリー 卵		キャベツ 小松菜 大根 さつまいも ピーマン なす りんご ブルーベリー 卵	にんじん 大根 ほうれん草 小松菜 長ねぎ キャベツ かぶ 里芋 さつまいも しょうが にんにく ゆず りんご 卵	小松菜 キャベツ ほうれん草 白菜 長ねぎ ブロッコリー カリフラワー 大根 かぶ にんじん じゃがいも 里芋 さつまいも ゆず レモン 東光寺大根 東光寺沢庵 卵	にんじん 白菜 小松菜 ほうれん草 長ねぎ 大根 じゃがいも 東光寺沢庵 黒米	にんじん 大根 里芋 小松菜 ほうれん草 じゃがいも 白菜 長ねぎ 東光寺沢庵	にんじん 小松菜 トマト 長ねぎ	
特色ある献立													
	入学・進級祝い献立		端午の節句献立		歯と口の健康週間		七夕献立		野菜の日献立		ベジ活350		
	旬の食材献立		体育の部 応援献立☆		沖縄慰霊の日献立		日野産野菜 たっぷり献立		重陽の節句献立		合唱の部 応援献立☆		
	お昼の放送での食育		掲示物による食育		1年生家庭科コラボ給食 「給食献立コンテスト」		3年生「テーブルマナー教室」		いいこといっぱい! 地産地消		給食時間中の5分間指導		

