



令和7年度 9月号

発行元 学校給食センター

毎月19日は食育の日



HP



Instagram

@sanyo\_onoda.kyushoku



## 非常食を体験しよう



もしもに  
そなえよう！



学校給食センターでは、児童生徒が非常食を体験することで、台風等の災害時の食事について考えるきっかけにするとともに、平常時の食事の大切さについての意識を高めることを目的として、10月13日の「国際防災デー」に合わせて、給食で非常食を提供します。この機会にご家庭でも「非常時の食事」について話題にされてみてはいかがでしょうか。



- ★実施日 令和7年10月15日(水)  
★献立内容 (小学校のみ) 揚げパン・  
(中学校のみ) 米粉パン・マーシャルピーンズ・  
牛乳・ウィンナーと野菜のソテー・  
救給コーンポタージュ(非常食)・チーズ

※容器はそのまま食器になるスタンディングパウチで、使い捨てのスプーンが付いています。  
袋を開封し、立てた状態でスプーンを使って食べます。

食料品は常温で保存ができ、簡単な調理や  
そのまま食べられるものが便利です。



缶詰、レトルト食品、乾物、日持ちの  
する野菜など。

好きなお菓子や食べているものがあると、  
不安な気持ちを和らげてくれます。



## 親子食育料理教室を開催しました！

夏休み中に学校給食センターで親子食育料理教室を開催しました。(株)ヤクルト山陽の方より「みいちゃんともぐもぐしよう」の話を聞き、5品のかみかみメニューを作りました。その様子と感想の一部を紹介します。

- ★メニュー★  
・たこめし  
・トントんれんこん  
・かみかみサラダ  
・かみかみそ汁  
・ごま団子  
・ヤクルト(ヤクルト山陽より提供)  
・森響水(市水道局より提供)



包丁で切るのが楽しかったけど、れんこんが固かったです。(子ども)



いつもは7回ぐらいしか、かんでなかったけど、30回もかまないといけないなんて、はじめて知りました。(子ども)



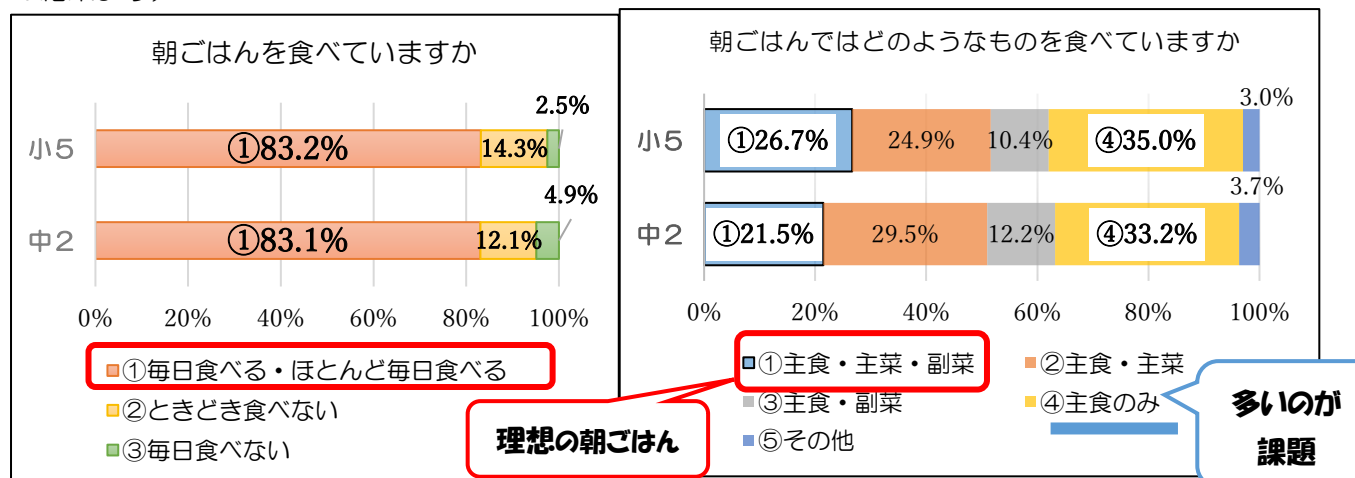
ごま団子を作るのが意外と簡単だったので、こどものおやつに作れたらいいなあと思いました。(大人)



2学期が始まって3週間経ちました。生活リズムは戻りましたか？  
早寝早起き朝ごはんを心がけて、2学期も心も体も元気に過ごしましょう。

## 朝ごはんを食べて生活リズムを整えよう！

山陽小野田市内の小中学生の朝ごはん事情(R7年5月実施山口県学校栄養士会「食育アンケート」の結果より)



(各項目の内訳の合計は、端数処理の関係で、必ずしも100%になっておりません)



小・中学生とも83%の人が、朝ごはんをほとんど毎日食べています。  
でも内容を見ていくと、主食のみの人が一番多いです。

