

給食たより

10月




静岡県立浜名特別支援学校
令和4年10月6日

浜名の給食紹介

ここ、浜名特別支援学校がある湖西市は、海の食材はもちろん畑の食材にも恵まれています。そして、浜名の給食は地元生産者さんの方々に支えていただいで成り立っています。地場産物をたくさん使った給食で苦手な野菜も残さず食べてくれるので、子どもたちの成長を感じることができとてもうれしいです。これからも地元の食材にこだわった給食作りに励んでいきます。



【食形態】本校の食形態は、普通食の他に三つの形態があります。

①まとまりペースト食	②まとまりマッシュ食	③やわらか食
立体的に成型したペーストで、粒がなく均質。 (離乳食初期くらい)	立体的に成型した不均質(粒あり)な形態。 (離乳食中期くらい)	食材の形をそのまま保ちつつ、スプーンで容易に切れる程度まで軟らかくした形態。 (離乳食後期くらい)
		

※主食は、ごはん、軟飯(米:水=1:2.3)、全粥(米:水=1:4)、ゼリー粥等で対応しています。

【その他個別対応】個人に合わせた対応を行っています。

- ①カリカリ食…偏食対応、咀嚼の獲得 食への興味や丸飲み改善を期待します。
- ②ねりむすび…咀嚼の獲得、噛み切りの練習 丸飲みの改善、「噛む」ことの定着を目指します。
- ③混ぜごはんの日の白ごはん…偏食対応 別の炊飯器で白ごはんを炊き、具は別皿にのせ提供しています。

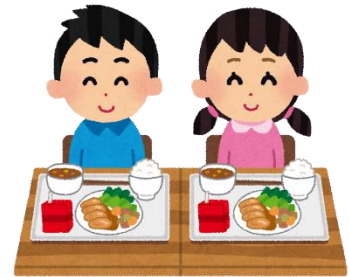


私たちにも好き嫌いがあるように、子どもたち一人一人にも食へのこだわりや好みがあります。様々な取り組みの中で、変化が見られた子どももいれば、なかなかうまくいかないことも多くあります。長い目で見て、大人になってから食に困らないようになってほしいと思いながら日々取り組んでいます。

試食会のお知らせ

今年も、給食試食会を開催します。9/28(水)に配付した案内のとおり行いますので、御希望の方は、是非御参加ください。参加申し込みの欄に御記入の上、切り取って学級担任に御提出ください。(締め切りは 10/14(金)です。)また、食べてみたいメニューや、給食について聞いてみたいことなどを募集しております。併せて申込書に御記入をお願いします。

- 11/8 (火) 高等部 11:10~13:00
- 11/10 (木) 中学部 11:10~13:00
- 11/15 (火) 小学部 11:10~13:00



(会議室にて受付)

※コロナ対策のため、定員は各回 20 人とさせていただきます。(定員より多数の場合は、先着順とさせていただきます。)

※給食 330 円は当日集金します。お釣りの無いように御用意ください。前もっての集金はしませんので御注意ください。

ハロウィンってなに？



ハロウィンは、アメリカ発祥の仮装パーティーというイメージが強いかもしれませんが、実はヨーロッパが起源の行事です。秋の収穫を祝うとともに、悪霊を追い払う行事だそうです。日本の“お盆”に似ていて、死者の魂が家族のもとに戻ってくる日とされていたそうです。死者の魂とともにやってくる悪霊に人間だと気付かれないように、仮面を付けるなどして身を守っていたことが、現在の仮装につながったそうです。

ハロウィンといえば、かぼちゃですね。かぼちゃには体にいい成分がたくさん含まれています。

○ビタミン類: 抗酸化作用を持つビタミン C、ビタミン E、体の中でビタミン A になる β -カロテンが豊富です。抗酸化作用とは、細胞や血管の老化、免疫力の低下、がんなどを抑制する働きのことです。

○食物繊維: かぼちゃは水溶性と脂溶性の二つの種類の食物繊維を含んでいます。食物繊維にはコレステロールの吸収を抑えたり、整腸作用があったりします。

○カリウム: 体内の水分を調節し、過剰なナトリウムを体外に排出してくれる効果があります。むくみの解消に効果的です。

