



1年生は入学して1ヵ月、2・3年生は進級して1ヵ月が経ちました。それぞれの学年での生活は慣れましたか？一人ひとりが気持ちを新たに頑張っていると思います！授業や部活動で頑張っている分、身体も心も疲れ始めているかもしれませんね。

今年度、海田中学校では「食育だより」を発行します。みなさんが中学校生活を元気に楽しく過ごせるよう、いろいろ記事を載せていきたいと思います。

みなさんが健全な食生活を実践し、健康で豊かな人間性を育ていけるよう、栄養や食事のとり方などについて、正しい知識に基づいて自ら判断し、実践していく能力などを身に付けるために、食に関する目標があります。できる所からでいいので、意識して頑張ってみましょう。

海田中学校生徒が、毎日元気に楽しく生活が送れるよう願っています。



【食に関する目標】

1. 食事の重要性

食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。



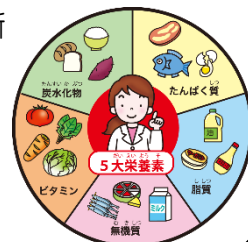
2. 心身の健康

心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。



3. 食品を選択する能力

正しい知識・情報に基づいて、食物の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。



4. 感謝の心

食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々へ感謝する心をもつ。



5. 社会性

食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。



6. 食文化

各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。

