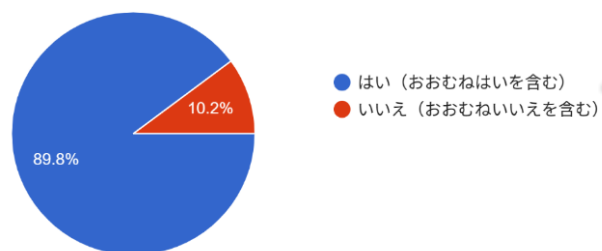


2学期が始まりました。まだまだ暑い日が続いています。残暑に負けず、2学期も頑張りましょう！
元気に過ごすためにもう一度生活習慣を見直し、規則正しい学校生活を送るように心がけましょう。

～食に関するアンケート結果～ (2025. 7. 4 実施 回答者 653 名)

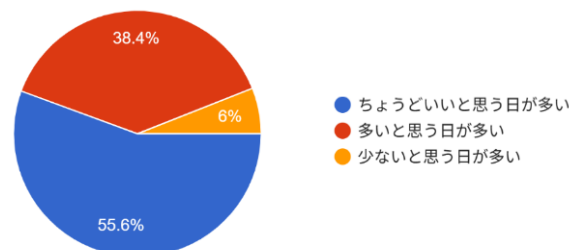
五中生を対象に食に関するアンケートを実施しました。結果の抜粋をお知らせします。結果から、五中生の良いところや課題が見えてきたので今後の給食づくりや食育指導に生かしていきます。

給食の味はどうか？



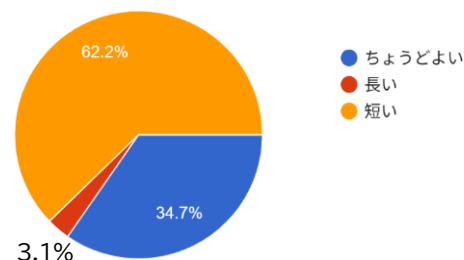
「おいしい」と答える生徒がどの学年も8割以上でした。これからもよりおいしい給食を提供し続けます！

給食の量はどうか？



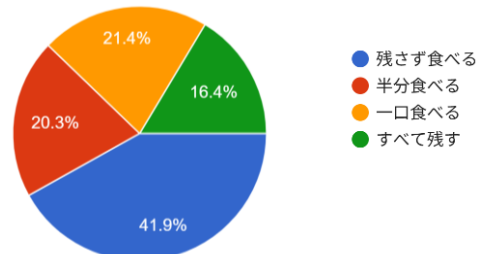
学年の内訳をみると、1年生は量が多いと思う生徒が多いようでした。小学校の時と比べると中学生の給食の量は多く感じるのかもしれませんが。

給食時間の長さはどうか？



学年の内訳をみると、3年生より、1,2年生短いと感じる人がより多い様です。準備にかかる時間の影響もあるのでしょうか。クラスで協力して素早く準備しましょう！

苦手な食べ物や料理が給食で出たらどうしていますか？



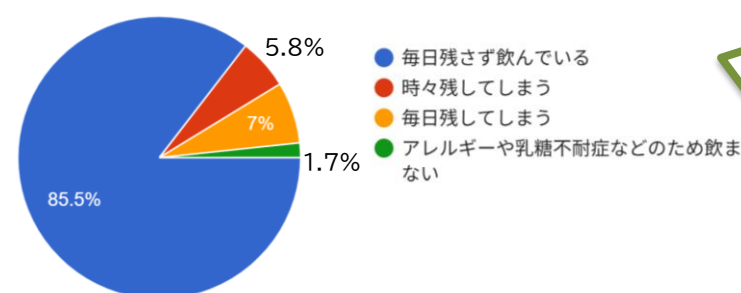
回答の理由を見ると、残すのはもったいないから、苦手な食べ物でも好きになるかもしれないし、チャレンジしないとずっと食べれないと思うから、フードロスに繋がってしまう、作った人に失礼だと思うからなど、自分のことも他人のことも大切に考える五中生の素晴らしい意識が見えました。給食は苦手なものもおいしく食べられるよう日々改良しています。まずは一口チャレンジしてみてください。

9月の献立について

☆16日(火)九州献立 チキン南蛮(宮崎県)、太平燕(熊本県)

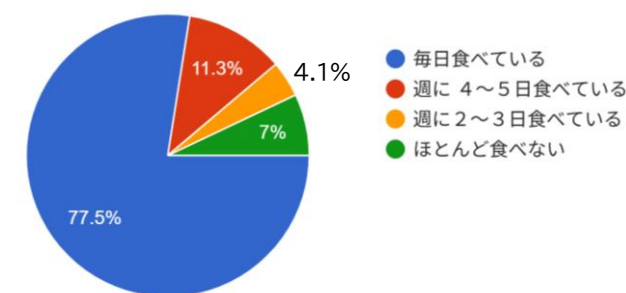
昭和30年代に延岡市内の洋食店でまかない料理としてつくられたのが始まり。ポルトガル人から伝わった料理で唐辛子入りの甘酢に食材を漬けたものを「南蛮漬け」と言い、これを鶏肉で作るので「チキン南蛮」と呼ばれるようになったといわれています。太平燕は熊本の中華料理店や家庭でも定番の料理。中国福建省の郷土料理を日本の食材に置き換えてアレンジ料理で長崎で生まれ、熊本で日本風にアレンジされてきました。豚骨ベースで野菜やえび、肉のうま味を生かしたスープです。本来は揚げた玉子をのせますが、五中ではうずら卵をつかいます。

給食の牛乳を毎日残さず飲んでいますか？



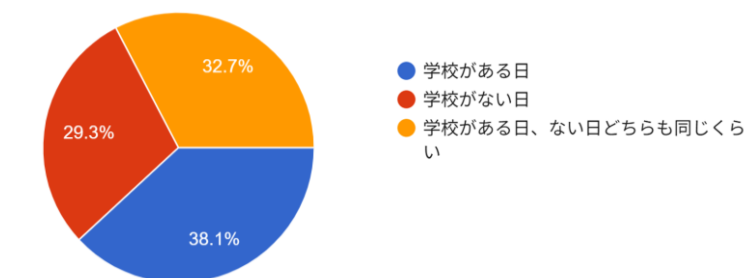
8割以上の生徒が牛乳を毎日飲んでいて素晴らしいです！牛乳は成長期に重要な栄養素であるカルシウムが効率よく摂取できます。骨を強くできるのは18歳ぐらいまでです。その後一生の骨の強さが決まります。給食で毎日牛乳を飲む機会がある今がチャンスです！！

朝食は毎日食べていますか？



新座市内中学生の毎日食べる割合である89.3%(※)を下回っています。※新座市食育推進計画資料より

朝食を食べられないのは学校がある日とない日、どちらが多いです



学校がある日に朝食を食べられない生徒が少し多いようでした。朝食を食べないと、エネルギー不足はもちろん、体調不良にもつながります。