



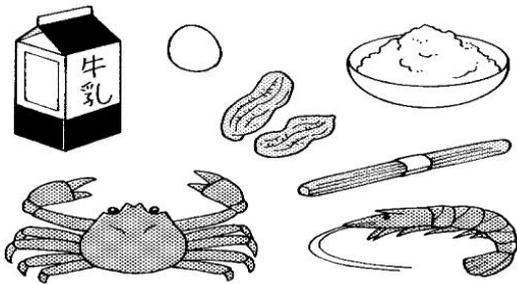
学校給食の7つの目標

新学期が始まって約1ヶ月たちました。新しい学年、クラスに慣れてきたところだと思えます。5月は環境が変わり疲れがたまっていく時期です。給食はしっかり食べられていますか？学校給食は、ただのお昼ご飯ではなく、国語や算数の授業と同じで、給食を通じて目指す目標があります。

| | | | |
|--|--|---------------------------------------|--|
| <p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> | <p>②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。</p> | <p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。</p> | <p>④食生活が自然の恩恵の上になり立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。</p> |
| <p>⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。</p> | <p>⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。</p> | <p>⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。</p> | |

「食物アレルギー」について正しく知ろう！第2弾

命にかかわることもある食物アレルギー



食物アレルギーは、本来は害のない食品（牛乳・卵・小麦・そばなど）に対して、体を守る働き「免疫」が反応して、体がかゆくなる、せきが出て息が苦しくなる、体調をくずす、などの症状が出ることをいいます。食品に触れただけで症状が出ることもあり、重い時は命にかかわることもあります。食物アレルギーがあるお友だちの具合が悪くなった時は、先生や周りの人に知らせましょう。

食物アレルギー どんな症状が出るの？

| | | | |
|--|---|---|--|
| <p>皮膚症状</p> <p>赤み、じんましん、はれ、かゆみ、湿しんなど</p> | <p>粘膜症状</p> <p>白目の充血・はれ、かゆみ、鼻水、口の中のかゆみなど</p> | <p>呼吸器症状</p> <p>のどの違和感・かゆみ・締めつけられる感じなど</p> | <p>消化器症状</p> <p>気持ちが悪くなる、おう吐、腹痛、下痢、血便など</p> |
| <p>そのほか、頭痛、元気がない、ぐったりする、不機嫌などの神経症状や、脈が速い、手足が冷たい、顔色・唇やつめが白いなどの循環器症状もあります。</p> | | | |

アレルゲン（アレルギーを引き起こす物質）によって複数の臓器に全身性の症状があらわれ、生命に危機を与える可能性がある過敏反応のことをアナフィラキシーといい、血圧低下や意識障害をとともう場合をアナフィラキシーショックといいます。

食物アレルギーをもつ友だちがいるときは、◆原因になる食べ物をすすめない◆食事はこぼさないようにする◆友だちがアレルギーの症状を起こしたらすぐに近くにいらっしゃる先生や大人に伝えることが大切です。

