



発行者
諫早市立真城中学校
校長 山内 昇

学校教育目標

- 広い心と公正な判断力のある、情操豊かな生徒を育成する。 **(徳育)**
- 自ら求めて学び、豊かな知性を備え、創造力に富む生徒を育成する。 **(知育)**
- 健康でたくましく、忍耐力に富む生徒を育成する。 **(体育)**

○ 食育の日について

毎月19日は**食育の日**です。また、6月は「**食育月間**」です。

「食育」は心身の成長や人格形成に大きな影響を与えるため、幼い頃から食に関心を持ち、健全な食生活を送る習慣を身につけることが大切だと言われています。

その食育の日に合わせて、諫早市食生活改善推進協議会のメンバーの方々が本校を訪問され、1年生に食育の大切さを伝えるメッセージの入ったティッシュを教室で贈呈していただきました。心温まるメッセージとともに、「子どもたちに健やかに育てほしい」という願いも、私たちは受け取りました。写真のように、ご高齢の方々が、食育推進のために活動をされている姿に感銘を受けました。2学期に家庭科の調理実習で、諫早の郷土料理と一緒に作ることを楽しみにされていました。多くの方々に学校が支えられていることに心から感謝いたします。

現在、世界は安心・安全とは言えない状況に進んでいるようにみえます。私たちが住んでいる日本も、過去に大きな戦争を経験し、その後、奇跡的な復興を遂げ、現在に至ります。その復興を支え、ご苦労をされたのは、現在、高齢者といわれている方々です。私たちの周りにもたくさんいらっしゃいます。今の私たちの豊かな生活の「礎（いしずえ）」を築いてくださった方への尊敬の念、感謝の気持ちを忘れないようにしていかなければならないと思います。また、そのような方々が、自分ができる活動に取り組まれている姿を見ると、勇気や元気が湧き出てきます！！



○ 今日の給食【23日】

昨日（23日）は、**夏野菜カレー**、**ゴマドレッシングサラダ**、**アセロラゼリー**、でした。**夏野菜カレー**はその名のとおり、かぼちゃ、にんじん、ピーマン、たまねぎ、なす、大豆など、様々な野菜



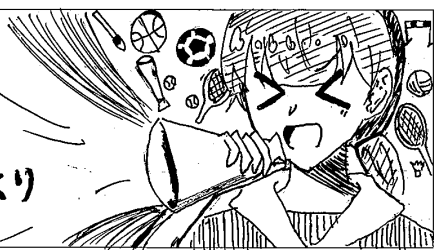
が入っていました。ボリュームもあり、生徒たちも黙々と食べていました。多くの学級で、食缶が空になっていました。カレーの日が増えるとういと思います。生徒のみなさんはどうでしょうか？

アセロラゼリーはこれまでに給食で出た記憶がなかったので、少し調べてみると、「熱帯地域で育つアセロラは、高温と強い紫外線が降り注ぐ過酷な環境から身を守るため、ビタミンCやポリフェノールなどを多く含む。ビタミンCはレモン果汁の約34倍、しみやしわの予防など、美容に効果がある。」と書かれていました。紫外線の多いこの時期に合わせたメニューだと感じます。いろいろな工夫をしながら、給食のメニューが考えられているのだと改めて納得させられました。



輝継

真城中学校 だより



今回の「輝継」のタイトルは、1年2組の波江さんの作品です。デザインから察するに、市中総体では先輩や仲間の応援を全力で頑張ったのだと感じました。新チームでは、1・2年生が中心となってコートの中で躍動してほしいと思います。