



協力育

活気に満ち、笑顔が輝く学校

東根市立第三中学校

学校だより

令和3年度 第7号
(令和3年10月26日)

秋といえば…おいしい食べ物

すこ
健康やかな成長を支える学校給食を紹介します！ 校長 富塚 義幸

9月号に続いて「秋といえば…」シリーズ第2弾、“食欲の秋”にちなんで学校給食を紹介します。日本の学校給食のスタートは、なんと山形県です。明治22年(1889年)、山形県鶴岡町(現在の鶴岡市)の私立忠愛小学校で、貧困児童を対象に無料で学校給食を実施したのが我が国の学校給食の起源とされています。当時の献立は、おにぎり、塩鮭、漬物でした。(鶴岡市では、現在も12月『学校給食発祥記念日』を設定し、当時の献立を再現した給食が提供されています。)それ以来、学校給食は各地に広まりましたが、戦争によって一時中断されました。戦後、食糧難による子どもの栄養状態の悪化から再開が求められ、昭和22年(1947年)に学校給食が再び開始され現在に至っています。

私は、小学校・中学校(高等学校・大学)在学中、給食を食べたことはありません。給食を食べたのは教員になってからです。ですから、大人になって同窓生と会うと「給食食べたことある？」と尋ね、「自分は毎日食べている！」と自慢します。私の通っていた小・中学校は、『ミルク給食：給食内容がミルクのみである給食』で弁当持参の登校でした。第三中学校は、『完全給食：給食内容がパン又は米飯(これに準ずる食品を含む)、ミルク及びおかずである給食』です。その他、『補食給食：完全給食以外の給食で、給食内容がミルク及びおかず等である給食』があります。学校給食法では給食の目標について、①健康の保持増進を図る、②望ましい食習慣を養う、③明るい社交性・協同の精神を養う、④生命・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、⑤勤労を重んずる態度を養う、⑥食文化について理解を深める、⑦食料の生産・流通・消費について正しい理解に導くの7つを掲げています。手作り弁当の良さもたくさんありますが、「同じ釜の飯を食う」給食での互いの心の結びつきは大きいです。参考までに、10月19日(火)の給食を紹介します。



※東根市学校給食センター「10月分 小・中学校給食予定献立表」より

「ごはん」「牛乳」
「ポテトと米のささみカツ」

(◎ポテトとこめのささみカツ ○あぶら) …小袋減塩ソース

「豆まめサラダ」

(◎あおだいず ●キャベツ ●きゅうり ●あかピーマン ●きピーマン
●コーン ○あぶら す しょうゆ しお ○さとう こしょう)

「五目汁」

(◎ぶたにく ●だいこん ●にんじん ●ぶなしめじ ●ねぎ
◎さば・イワシぶし ◎みそ)



<HPより：後藤真知子先生 撮影>

献立表の印は食べ物のはたらきを表しています。◎はからだをつくる材料になる、○は熱やエネルギーのもとになる、●は体の調子を整える食べ物です。ちなみにこの献立のカロリーは753 kcalです。中学生は一日、男子で2,600~2,850 kcal、女子で2,300~2,400 kcalのエネルギーが必要です。中学生の皆さんは給食を食べてもエネルギーの摂りすぎにはなりません。

「健康第一！残さず食べましょう。」給食担当の後藤真知子先生からメッセージです。健康やかな成長のためにバランスの良い食事を心がけましょう。

10月のアルバム ～ 3年修学旅行実施! ～

3年生の修学旅行は、新型コロナウイルス感染拡大のため「岩手方面」から「庄内方面」への内容の見直し、さらに延期を行いました。その際、「内容の見直し」「延期」をマイナスではなくプラスに捉え、『持続可能な三中学区を創る』をキーワードに総合的な学習の時間と修学旅行をリンクした学習を行ってきました。その成果…3年修学旅行を特集します。

『羽黒山五重塔：良い旅になりますように…』



『致道博物館：あら不思議』



『加茂水族館①：癒されるー』



『加茂水族館②：沈む夕日』



『加茂水族館③：青春～男子編～』



『スイデンテラス：プレゼン』



『オランダせんべい：青春～女子編～』



『山居倉庫・船下り：いにしえ』



資料：「東根三中 学習強化期間」について

山形県では、11月を「やまがた教育月間」、第2土曜日にあたる11月13日を「やまがた教育の日」と定めており、県内各地で教育に関わる催しや取り組みが重点的に行われます。本校では、「東根三中 学習強化期間」と称して、一年間のなかでも落ち着いて学習に取り組むことができるこの時期に、下記のような取り組みを行っていきます。

【東根三中 学習強化期間：11月8日（月）～25日（木）】の重点

（１）学習強化

- ① 11月8日（月）から、学芸委員会がテストに向けた取り組みを実施します。
- ② 11月15日（月）～25日（木）は、部活動とスポ少活動※を休止し、生徒の実態に応じた学力向上に向けた取り組みを実施します。
※ただし、スポ少活動は11月25日（木）から活動可能となります。

（２）実力テスト、定期テストの実施

- ① 学習計画立案：学年ごとに、期末テスト前約2週間の学習計画を立てます。
- ② 3年実力テスト：11月17日（水）
- ③ 2学期期末テスト：11月25日（木）

（３）教育相談

- ① 11月8日（月）～12日（金）
- ② 学級担任が、生活・学習の悩み等について生徒全員と個別面談を行います。

（４）教員の研修

- ① 東根市教育委員会訪問：11月 5日（金）
- ② 北村山地区教育研究会：11月 9日（火）
- ③ 学力向上対策研修会Ⅱ：11月15日（月）
- ④ 校内授業研究会：11月19日（金）

（５）進路関係の取組み

- ① 3年進路説明会：11月6日（土）
※学年行事を兼ねて実施します。
- ② 3年保護者会主催学習会（10月から週2日程度実施しております。）

<参考：山形県のホームページより抜粋>

「やまがた教育の日」とは

山形県教育委員会では、県民の皆さんに教育に対する関心と理解を深めていただき、社会全体で「教育を支える文化・風土」をはぐくむとともに、未来の山形を担う心豊かでたくましい子どもたちを育成するため11月第2土曜日を「やまがた教育の日」、11月を「やまがた教育月間」と決めました（平成24年7月）。

この機会に、ご家庭や地域みんなで「教育の大切さ」を考えてみませんか。

教育は、毎日の積み重ねがとても大切です。

子どもや家庭・地域の皆さんに取り組んでいただきたいことについて、

「いのち」輝く7つの約束としてまとめました。みんなで一緒に取り組んでみましょう。

- ① よく学ぼう よく聴き よく読み よく書いて
- ② よく遊ぼう 自然の中で のびのびと
- ③ 手を貸そう 今のあなたに できること
- ④ ありがとう 感謝の心で つながる絆
- ⑤ あいさつは 明るく元気に 自分から
- ⑥ 声かけよう わが子と同じ よその子も
- ⑦ （わが家の約束）・・・各家庭で わが家の約束を決めましょう！



わが家の約束を決めよう



< 11月の予定表 >

◆：各部ごとの計画です。（校長が認めたもの）
本校の「部活動方針」に基づいて実施します。

日	曜	行 事 等	給食	部活動	下校予定
1	月	振替休業日（10月30日分）		◆	各部ごと
2	火		○	○	17:55
3	水	文化の日（祝日）		◆	各部ごと
4	木	東郷公民館地域づくり活性化事業（講演会）	○	○	17:55
5	金	東根市教育委員会訪問 学校集金振替日	○	○	17:55
6	土	3年進路説明会		◆	各部ごと
7	日			◆	各部ごと
8	月	後期時間割開始 学習強化期間（～11月25日） 教育相談① 生徒集会（生徒会役員任命）	○	○	17:55
9	火	教育相談② 校長講話 北村山地区教育研究会 ※3校時授業 部活動なし	○	なし	12:50
10	水	「EPディ（エンパワーメント充電ディ）」 ⇒良さを伸ばす日・引き出す日・まかせる日 専門委員会 ※4校時授業 部活動なし	○	なし	14:20
11	木	教育相談③	○	○	17:55
12	金	教育相談④ 東根市定例監査	○	○	17:55
13	土			◆	各部ごと
14	日			◆	各部ごと
15	月	学力向上対策研修会Ⅱ ※11月25日まで部活動なし	○	なし	13:20
16	火		○	なし	16:50
17	水	自己生活アンケート 3年実力テスト	○	なし	14:45
18	木	メディアコントロール期間（～11月24日）	○	なし	16:50
19	金	校内授業研究会 ※5校時授業 部活動なし	○	なし	15:15
20	土			なし	
21	日			なし	
22	月	職員会議	○	なし	15:10
23	火	勤労感謝の日（祝日）		なし	
24	水		○	なし	14:45
25	木	2学期期末テスト 専門委員会	○	なし	16:05
26	金	環境ISO実践交流会	○	○	17:55
27	土			◆	各部ごと
28	日			◆	各部ごと
29	月	全校集会（生徒会）	○	○	17:55
30	火		○	○	17:55



諸事情（新型コロナウイルスの感染状況や災害等）により、授業時間・行事、下校時間等が変更になる場合があります。学年だよりや学級だより、マ・メールでお知らせします。

