

利用登録申請書を配付します

学校を通じて皆様に、「鎌倉市中学校給食関係書類」と書かれた封書をお配りいたします。

中学校給食では、事前の申請手続きが必要です。この登録により給食の予約ができますので、お知らせや記入例を確認し、必要事項をご記入の上、提出用封筒に入れて学校にご提出をお願いします。



- ①利用登録申請書
- ②口座振替依頼書
- ③提出用封筒

③

提出用封筒

STEP 1

記入例に沿って
必要事項を記入

STEP 2

同封の提出用封筒に入れ、
5月19日(金)までに学校へ

「在校時一括予約」を利用しましょう！

「在校時一括予約」とは、毎月の予約手続きが卒業まで自動的に行われるシステムです。

在籍する中学校で給食が実施されるすべての日に、給食の予約が自動的に行われます。予約の手続きがなかった小学校と同じように給食を食べることができますので、ぜひご利用ください。

※食物アレルギーの対応申請を行った方は、毎月の予約をお願いします。
※給食開始後も、随時お申し込みを受け付けます。

予約忘れ防止！



在校時一括予約のメリット

◆毎月の予約操作が不要です

1 回の手続きで、卒業まで予約が自動的にできます。

◆給食費は毎月払いで 0 K

毎月の口座引落し後、予約開始日(毎月 1 日)に翌 1 か月分の予約が行われます。給食費をまとめて入金する必要はありません。

◆毎月「予約通知書」が届きます

予約状況や予約後の残高をお知らせする「予約通知書」を、毎月学校からお渡しします。残高不足の場合は、期日までに給食費を入金することで、予約が完了となります。

※期日までに入金がなかった場合、予約が取り消されますので給食は提供されません。ご注意ください。

食物アレルギーをお持ちの方・ 牛乳の飲用ができない方へ



「食物アレルギー対応申請書」又は「牛乳等飲用停止申請書」の提出が別途必要です。学校に申し出て申請書類を受け取り、「利用登録申請書」等と同じ封筒に入れて提出してください。

※牛乳の停止については裏面もご覧ください。

就学援助制度を ご利用の方へ



小学校の給食と同様、給食費を援助します。

詳しくは認定後に通知する文書をご確認ください。

今こそ考えよう！

健康な未来を育てる給食と骨づくり



生涯の骨の強さを決める大切な時期です

近年、高齢者に「骨粗しょう症」が増えています。骨粗しょう症は、骨の内部がスカスカになってもろくなる病気で、骨折の危険性が高まります。その原因の一つが、成長期にカルシウムを必要量摂らないことによる、骨量不足だと言われています。

人の骨量は、20～30代でピークとなる「最大骨量」を迎え、その後徐々に減少していきます。その後に骨量を増やすことは難しいため、成長期にカルシウムの多い食事を心がけ、どれだけ骨量を蓄えるかが、生涯における骨の健康の大きなポイントとなってくるのです。



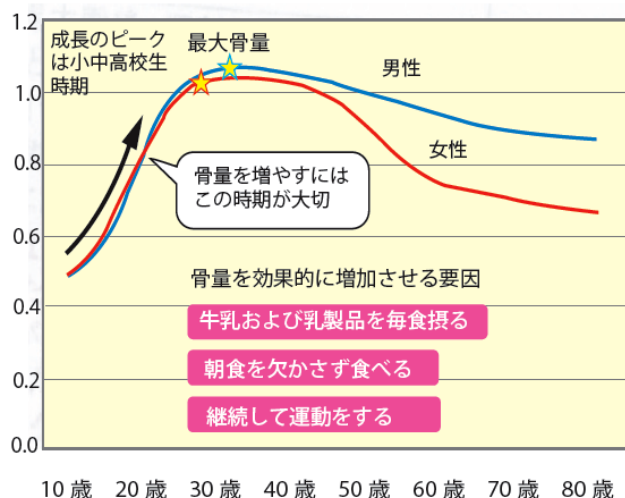
給食は不足しがちな栄養素を補う役割があります

学校給食について定めている「学校給食法」では、学校給食の目標の1つとして「適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること」を掲げています。

学校給食で提供する牛乳は、成長期の生徒のカルシウム供給源として大変重要であり、不足しがちなカルシウムを補完する大きな役割を果たしています。

g/cm³

年齢と骨量の変化



出典：(公財)学校給食研究改善協会発行「すこやか情報便第7号」より

学校給食の区分は3つ

	提供されるもの
完全給食	「主食」「おかず」「牛乳」
補食給食	「おかず」「牛乳」
ミルク給食	「牛乳」

「学校給食法施行規則」第1条の規定による

牛乳等飲用停止の基本的な考え方

食物アレルギー等、健康上の理由で飲用が難しく、停止が必要と判断される生徒に対して対応いたします。

※詳しくは学校から受け取る「牛乳等飲用停止申請書」をご覧ください。

牛乳を停止する方は、カルシウムを多く含む食品(小魚・豆類・海藻等)を多く摂り、骨量の増加を図るよう心がけてください。

栄養士コラム



給食を通して「食」の大切さを伝えていきます

皆さん、初めまして！4月から学務課給食担当に配属になりました斉藤です。私は、3月まで市民健康課で、乳幼児から高齢者までの幅広い世代の食生活支援に携わってきました。これから秋山と2人で、おいしい給食の提供に努めてまいります。

業務に携わる中で強く感じたことは、子どもの頃の食生活が20歳以降の食習慣や、『食』に対する意識に大きく影響するということです。中学生は朝食欠食や間食のとりすぎ、女子では体型を気にして少食になる

など、食生活の乱れが目立つようになってきます。中学校給食は、成長期の子どもたちにとって、望ましい栄養が摂取できるだけでなく、何をどれだけ食べたら良いのか、1食分のモデルにもなっています。子どもたちが将来にわたって健康で生き生きと暮らしていけるように、栄養士として、給食を通して『食』の大切さを伝えていきたいと思います。

がんばりまーす！



斉藤

秋山

【中学校給食に関する問い合わせ先】

鎌倉市教育委員会教育部学務課給食担当 電話：0467-61-3804(直通)
メール：chu-kyushoku@city.kamakura.kanagawa.jp