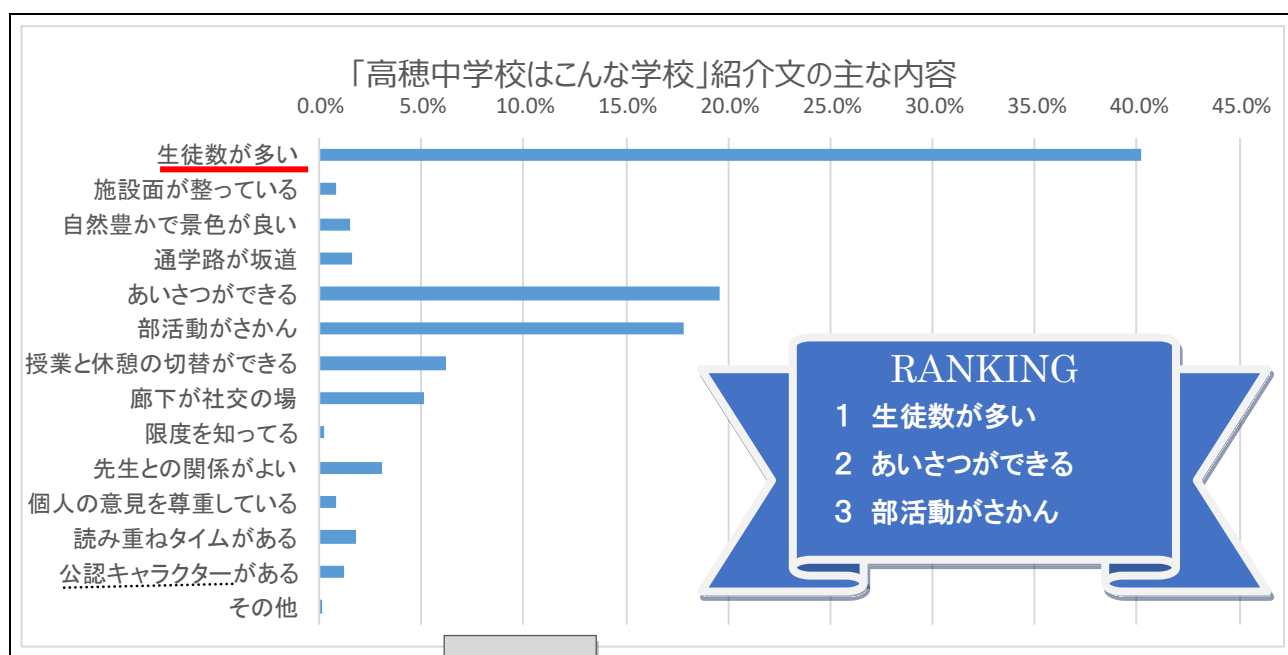




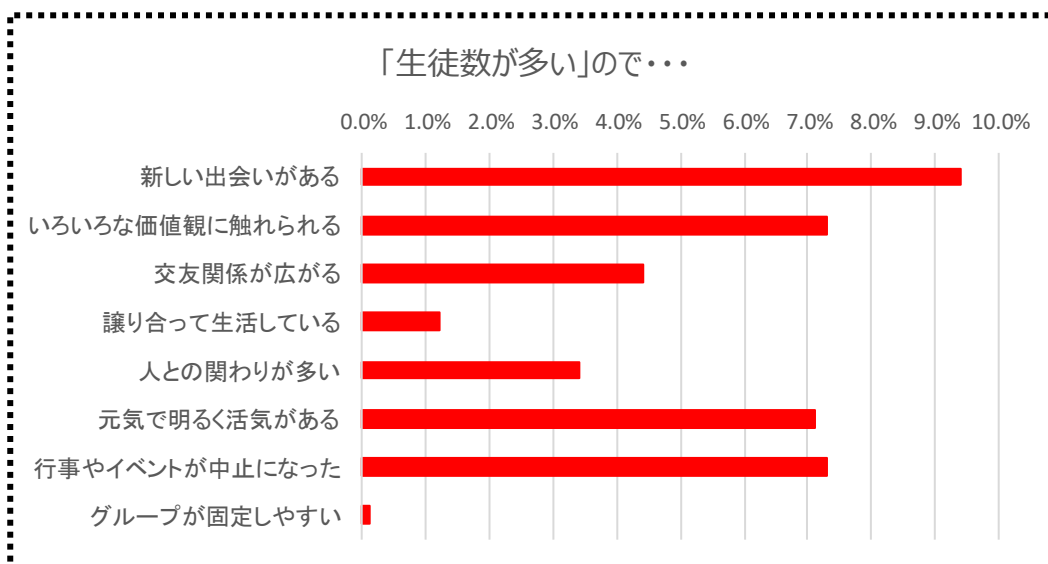
高穂の顔、高穂の力としての自覚

前回に少し紹介しました、始業式で2, 3年生が紹介してくれた「高穂中学校はこんな学校」の作文内容について全体の集約ができましたのでお知らせします。ほとんどが高穂のよさを紹介するとともに、この1年間で、3年生は高穂を代表する顔であること、2年生は高穂をよい方向へ動かす原動力であることへの自覚が感じられる作文でした。

※2,3年生 689人のうち、提出率は89.7%でした。



★生徒数の多さをどのように捉えているのかについては、次のような内訳でした。



高穂中学校公認キャラクター

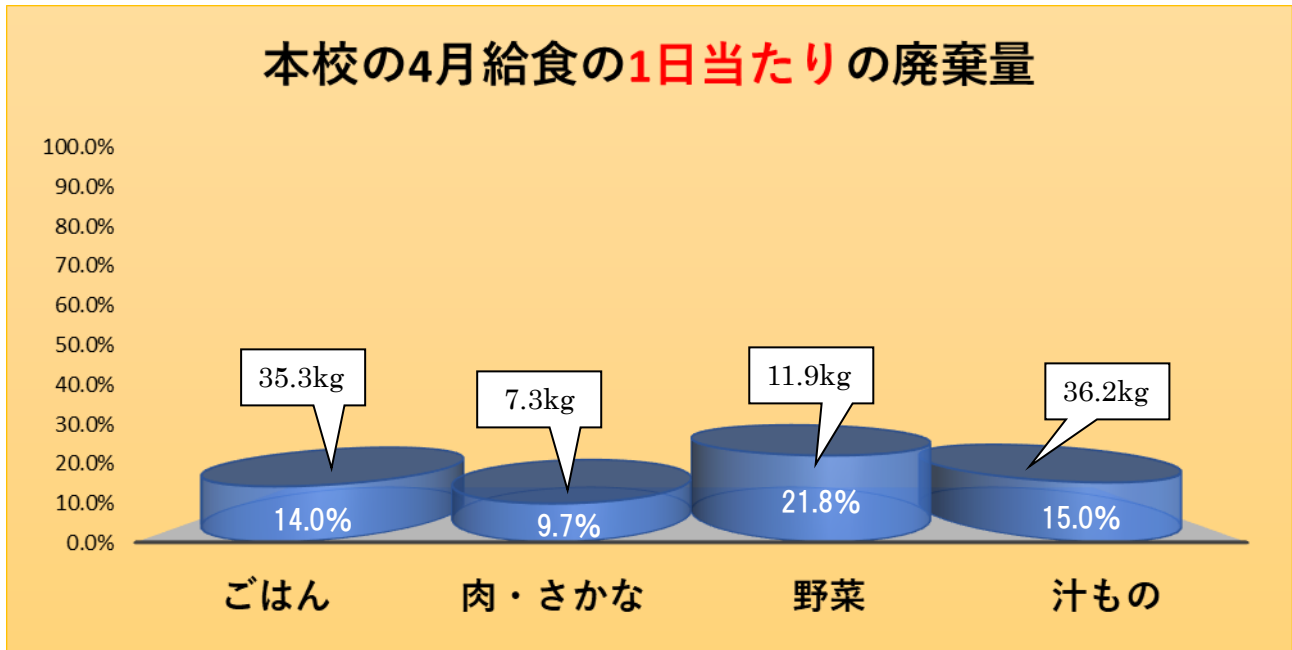
たかっば

食事の内容が脳と体のパフォーマンスに影響

昨年1月から中学校給食がはじまり、4月からあたたかいお昼ごはんをいただいています。「食」は、みなさんが日頃の授業や部活動でよい成果をあげるためには欠かせないもので、ただ満腹になればよいというわけではありません。バランスのよい食事、必要な摂取カロリーを意識して、脳と身体のパフォーマンスを活性化させましょう。特にこれからの暑い時期、放課後の部活動のエネルギー源は給食です。食わず嫌いにならずに、何でもよく噛んでしっかりと栄養を吸収しましょう。

次のグラフは、高穂中学校の4月の給食で、残ったために捨てられた1日の量の平均です。

特に野菜や海藻の煮物やサラダは、高穂中学校全体の分量の21.8%（11.9kg）が捨てられています。



4月14日～4月22日までの献立別に見た廃棄量(捨てた量)は次の表のような結果でした。

- ※草津市の献立は、①ごはんを主食とした和食献立の推進 ②減塩の啓発 ③季節感を大事にする
④地場産物の活用 ⑤地元の食文化の継承 をもとに考えられています。

	4月14日	4月15日	4月18日	4月19日	4月20日	4月21日	4月22日
■主食	麦入りご飯	たけのごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	黒糖パン
高穂中学校で残ったために捨てた量	30kg	46.8kg	38.9kg	33.3kg	31.1kg	31.7kg	※
捨てた量は高穂中学校の全体量の何%か	13.8%	21.6%	18.0%	15.4%	14.4%	14.6%	※
■バットのおかず	ハンバーグ	さわらのごまだれ	焼きししゃも	カレーの磯部揚げ	鶏のからあげ	サバ塩焼き	豚肉ケチャップ
高穂中学校で残ったために捨てた量	8.1kg	11.5kg	8.8kg	4.3kg	4.9kg	8.4kg	5.3kg
捨てた量は高穂中学校の全体量の何%か	7.5%	17.7%	16.3%	6.6%	7.6%	12.9%	8.9%
■小缶のおかず	愛彩菜とツナのサラダ	ひじきの煮物	味付けきゅうり	赤こんにゃくのおかか煮	大根の昆布あえ	白菜と水菜のごまあえ	白菜入りサラダ
高穂中学校で残ったために捨てた量	12.1kg	24kg	8.8kg	4.1kg	9.4kg	9.2kg	15.6kg
捨てた量は高穂中学校の全体量の何%か	22.3%	55.4%	20.4%	9.5%	21.8%	18.9%	26.1%
■大缶のおかず	チキンカレー	お祝すまし汁	グリーンピースの卵とじ	打ち豆汁	がんもどきと春野菜の煮物	けんちん汁	春野菜のスープ煮
高穂中学校で残ったために捨てた量	25.9kg	28.1kg	29.9kg	38.6kg	45.6kg	40.4kg	44.8kg
捨てた量は高穂中学校の全体量の何%か	12.4%	13.7%	13.2%	16.2%	28.1%	17.7%	18.8%