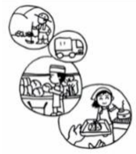
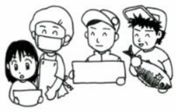
हिरोशिमा शहर शिक्षा बोर्ड स्वास्थ्य
शिक्षा शाखा

विद्यालय खानाको प्रस्तुती तथा विद्यालय खाना शुल्कबारे महत्त्वपूर्ण जानकारी

हिरोशिमा शहरमा विद्यालयको शिक्षा गतिविधिहरूको एक अंशको रूपमा विद्यालय खाना प्रदान गरिएको छ।

1 विद्यालय खानाको लक्ष्य





1 उपयुक्त पोषण पाएर स्वास्थ्य कायम राख्न र वृद्धि गर्ने।

2 दैनिक जीवनमा लिने भोजनबारे सही बुझाइलाई गहिरो बनाई, दैनिक रूपमा स्वस्थकर भोजन लिन सक्ने विवेक खेती गरी, उचित खाने बानी बसाल्ने।

3 विद्यालय जीवनलाई समृद्ध बनाई, मिलनसारी र सहयोगको उज्वल मनोभाव खेती गर्ने।

4 दैनिक रूपमा लिने भोजन प्रकृतिको आशिषमा आधारित हुन्छ भन्ने बुझाइलाई गहिरो बनाई, जीवन र प्रकृतिप्रति सम्मानको मनोभाव र वातावरण संरक्षणमा योगदान पुऱ्याउने मनोवृत्ति खेती गर्ने।

5 दैनिक रूपमा लिने भोजन खानेकुरा र खानामा संलग्न व्यक्तिहरूको विभिन्न गतिविधिहरूद्वारा समर्थित छन् भन्ने बुझाइलाई गहिरो बनाई, परिश्रमको कदर गर्ने मनोवृत्ति खेती गर्ने।

6 जापान र प्रत्येक क्षेत्रको उत्कृष्ट परम्परागत खाद्य संस्कृतिको बुझाइलाई गहिरो बनाउने।

7 खाद्य सामग्रीको उत्पादन, वितरण र उपभोगको सही बुझाइ हासिल गर्न मदत गर्ने।

2 खानाको परिकारको विवरण

मुख्य खाना

सोम	मङ्गल	बुध	बिही	शुक्र

भात

हप्तामा चार पटक दिइन्छ।

विद्यालय खानाको लागि हिरोशिमा प्रान्तमा उत्पादित चामल प्रयोग गरिन्छ।

पाउरोटी

हप्तामा एक पटक दिइन्छ।

दूध

दैनिक रूपमा 200ml दूध दिइन्छ। दूध क्याल्सियमको महत्त्वपूर्ण स्रोत हो किनभने यसमा क्याल्सियम धेरै हुन्छ र शरीरले दूधको क्याल्सियम सजिलै सोस्न गर्छ।

साइड डिस

मुख्य परिकार र साइड परिकारलाई आधार मानेर, उमालेका, तारेका, भुटेका र साँधेका परिकारहरूलाई सन्तुलित रूपमा संयोजन गरी प्रस्तुत गर्ने प्रयास गरिएको छ।

परम्परागत समारोहमा खाने खाना, स्थानीय परम्परागत खाना, विश्वका देशहरूको खानाका परिकारहरू, सिस्टर सिटी/फ्रेन्डसिप सिटीको परिकार, ऋतु अनुसारको खाना समावेश गर्न प्रयास गर्दै छौं।

3 विद्यालय खानाको आवेदन

तपाईंको छोरा वा छोरी अध्ययनरत हुने विद्यालय डेलिभरी खानाको प्रबन्ध भएको विद्यालय हो, जहाँ तिनको खाना घरबाट लिएर जाने वा डेलिभरी खानाको लागि आवेदन दिने आफै रोज्न सक्नुहुन्छ।

डेलिभरी खाना प्राप्त गर्नको लागि "विद्यालय खाना आवेदन फारम" र "डेलिभरी खाना अर्डर फारम" बुझाउनुपर्छ। प्राथमिक विद्यालय तथा माध्यमिक विद्यालयको प्रत्येक विद्यार्थीको लागि एउटा फारम तिनीहरू अध्ययनरत विद्यालयमा बुझाउनुहोस्।

यद्यपि जो हिरोशिमा शहरद्वारा सञ्चालित प्राथमिक विद्यालयमा अध्ययनरत भइरहेको थियो र जसले पहिले नै प्राथमिक विद्यालयमा "विद्यालय खाना आवेदन फारम" बुझाइसकेको छ, त्यस्ता विद्यार्थीले "विद्यालय खाना आवेदन फारम" पुनः बुझाउनु पर्दैन। "डेलिभरी खाना अर्डर फारम" मात्र बुझाउनुहोस्।

4 विद्यालय खाना शुल्क

(1) विद्यालय खाना शुल्कबारे

विद्यार्थीका अभिभावकहरूले भुक्तानी गरेको विद्यालय खाना शुल्क खानामा प्रयोग हुने खाद्य सामग्री खरिद गर्न प्रयोग गरिन्छ।

विद्यालय खाना बनाउन आवश्यक श्रम लागत, उपयोगिता (धारा-बत्ती-ग्याँस) खर्च, सुविधा सम्पन्न भवन व्यवस्थित गर्न र मर्मत गर्न लाग्ने खर्च हिरोशिमा शहरले बेहोर्छ।

(2) विद्यालय खानाको भुक्तानी रकम र भुक्तानी म्याद

विद्यालय खाना शुल्कको प्रति खानाको रकम निम्न माध्यमिक विद्यालय, माध्यमिक शिक्षा विद्यालयको प्रारम्भिक पाठ्यक्रम, विशेष आवश्यकता विद्यालयको निम्न माध्यमिक विभाग र उच्च माध्यमिक विभागको लागि **300 येन** रहेको छ।

विद्यालय खानाको भुक्तानी रकमको सन्दर्भमा, प्रत्येक विद्यालयको प्रत्येक ग्रेडको लागि एक वर्षमा विद्यालय खाना दिने अनुमानित दिन सङ्ख्या अनुसार वार्षिक अनुमानित विद्यालय खाना रकम निर्धारण गरी, त्यसलाई वर्षको 10 पटक (जूनदेखि अर्को वर्षको मार्चसम्म) -मा विभाजित गरेर तिर्नुपर्नेछ। सामान्यतया भुक्तानी म्याद निम्नानुसार हुन्छ तर यदि त्यो म्यादको दिन शनिबार, आइतबार वा सार्वजनिक

बिदाको दिनमा पऱ्यो भने यो वित्तीय संस्थाको अर्को व्यापारिक दिन हुनेछ। अभिभावकहरूलाई प्रत्येक वर्षको जून महिनामा उक्त वर्षको भुक्तानी रकम र भुक्तानी म्यादबारे सूचित गराइनेछ।

भुक्तानी अवधि	चरण 1	चरण 2	चरण 3	चरण 4	चरण 5
भुक्तानी म्याद	जून महिनाको अन्तिम दिन	जुलाई महिनाको अन्तिम दिन	अगस्त महिनाको अन्तिम दिन	सेप्टेम्बर महिनाको अन्तिम दिन	अक्टोबर महिनाको अन्तिम दिन
भुक्तानी अवधि	चरण 6	चरण 7	चरण 8	चरण 9	चरण 10
भुक्तानी म्याद	नोभेम्बर महिनाको अन्तिम दिन	जनवरी 4 तारिख	जनवरी महिनाको अन्तिम दिन	फेब्रुअरी महिनाको अन्तिम दिन	मार्च महिनाको अन्तिम दिन

【उदाहरण】निम्न माध्यमिक विद्यालयको विद्यार्थी बच्चाको लागि विद्यालय खाना दिने वार्षिक अनुमानित दिन सङ्ख्या 195 दिन भएको खण्डमा

- वार्षिक अनुमानित विद्यालय खाना रकम … 300 येन x 195 दिन = 58,500 येन
- भुक्तानी रकम … 58,500 येन ÷ 10 पटक = 5,850 येन ≒ 5,900 येन (100 येनभन्दा कम राउन्ड अप गरिन्छ)

  चरण 1-9: 5,900 येन

  चरण 10: 58,500 येन - (5,900 येन x 9 पटक) = 5,400 येन

* विद्यालय खाना दिने वार्षिक अनुमानित दिन सङ्ख्या विद्यालय र ग्रेडको आधारमा भिन्न हुन्छ।
* यदि समारोह रद्द आदिको कारणले विद्यालय खाना दिने वार्षिक अनुमानित दिन सङ्ख्यामा परिवर्तन भयो भने, चरण 10 को भुक्तानी रकम समायोजन गरिनेछ। समायोजित भुक्तानी रकमबारे मार्चमा जानकारी गराइनेछ।

(3) विद्यालय खाना शुल्कको भुक्तानी विधि

सामान्यतया बैंक खाताबाट स्थानान्तरण गरेर भुक्तानी गरिनेछ। तलको प्रक्रियाअनुसार गर्नुहुन अनुरोध गर्छौं (हिरोशिमा शहरले बैंक खाताबाट स्थानान्तरण गर्दा लाग्ने दस्तुर वहन गर्नेछ)।

निम्न माध्यमिक विद्यालयबाट पहिलो पटक हिरोशिमा शहरद्वारा सञ्चालित विद्यालयमा अध्ययनरत हुने विद्यार्थी, हिरोशिमा शहरद्वारा सञ्चालित प्राथमिक विद्यालयमा अध्ययनरत भइरहेको तर पहिले विद्यालय खाना शुल्क वा जापान खेलकुद प्रवर्द्धन केन्द्र सहकारी प्रिमियमको लागि बैंक खाताबाट स्थानान्तरण गर्ने अनुरोध फारम बुझाउने प्रक्रिया नगरेको विद्यार्थीको सन्दर्भमा **"विद्यालय खाना शुल्क / जापान खेलकुद प्रवर्द्धन केन्द्र सहकारी प्रिमियमको लागि बैंक खाताबाट स्थानान्तरण गर्ने अनुरोध फारम (स्वचालित भुक्तानी प्रयोगको लागि आवेदन पत्र)" मा आवश्यक विवरण भरेर प्रवेश समारोहसम्ममा निर्दिष्ट वित्तीय संस्थामा आफैले त्यो फारम बुझाउनुहोस्।**

* हिरोशिमा शहरद्वारा सञ्चालित प्राथमिक विद्यालयमा अध्ययनरत भएको बेला आवेदनको प्रक्रिया गरिसकेका विद्यार्थीले पुनः प्रक्रिया गर्नु पर्दैन।
* प्रत्येक बच्चाको लागि बैंक खाता स्थानान्तरणको अनुरोध फारम एक प्रति आवश्यक पर्छ।
* वित्तीय संस्थामा बैंक खाता स्थानान्तरण अनुरोध फारम बुझाएपछि प्रक्रिया पूरा हुन लगभग 2 महिना लाग्छ, त्यसैले यदि प्रवेश समारोहसम्ममा बुझाउन सकिएन भने सुरुमा भुक्तानीपत्रको माध्यमबाट भुक्तानी गर्न अनुरोध गर्न सकिन्छ।
* खातामा मौज्दात रकम अपर्याप्त भएको जस्ता कारणले गर्दा भुक्तानी म्यादको अन्तिम दिनसम्ममा बैंक खाता स्थानान्तरण गर्न नसकेको खण्डमा पुनः स्थानान्तरण गरिने छैन। ताकेतापत्र (भुक्तानी पत्रसहित) तपाईंको घरमा पठाइनेछ, त्यसैले त्यो भुक्तानी पत्र प्रयोग गरेर कन्भिनिएन्स स्टोर वा वित्तीय संस्थाको काउन्टरमा भुक्तानी गर्नुहोस्।
* यदि तपाईं जीवनयापन संरक्षण सहयोग वा विद्यालयमा अध्ययनको लागि आर्थिक सहयोग जस्ता सहयोग प्राप्त गर्दै हुनुहुन्छ भने, सामान्यतया प्रत्येक प्रणालीबाट विद्यालय खाना शुल्कको लागि स्थानान्तरण गरिनेछ। त्यसैले अभिभावकले भुक्तानी गर्नु पर्दैन।

  यद्यपि यी सहयोग समाप्त भएमा बैंक खाताबाट स्थानान्तरणद्वारा भुक्तानी गर्नुपर्ने हुन्छ। त्यसैले हालै सहयोग प्राप्त गरिरहेकाहरूले पनि बैंक खाता स्थानान्तरण अनुरोध फारम बुझाउनुहुन अनुरोध गर्छौं ताकि आवश्यक बेलामा चाँडै बैंक खाताबाट स्थानान्तरणमा परिवर्तन गर्न सकियोस्।

  साथै विद्यालयमा अध्ययनको लागि आर्थिक सहयोगको आवेदन दिएपनि अझै प्रमाणित गरिएको छैन भने तपाईंले विद्यालय खाना शुल्क तिर्नुपर्छ, त्यसैले बैंक खाता स्थानान्तरण अनुरोध फारम बुझाउनुहुन अनुरोध गर्छौं।

【बैंक खाता स्थानान्तरणको लागि निर्दिष्ट वित्तीय संस्थाहरू (31 बैंकहरू)】

साधारण बैंक	हिरोशिमा, मोमिजी, मिजुहो, मित्सुबिशी UFJ, रिसोना, मित्सुइ सुमितोमो, यामागुची, साइक्यो, च्युगोकु, सान-इन गोदो, तोत्तोरी, शिकोकु, एहिमे, ह्याकुजुसी, इयो, फुकुओका, निशिनिहोन-सिटी, युच्यो	ट्रस्ट बैंक	मिजुहो, मित्सुइ सुमितोमो, मित्सुबिशी UFJ
		शिन्किन बैंक	हिरोशिमा, कुरे
		क्रेडिट यूनियन	हिरोशिमा प्रान्त, हिरोशिमा शहर, हिरोशिमा शोगिन, च्योगिन निशी
		कृषि सहकारी	हिरोशिमा शहर, आकी
		अन्य	च्युगोकु रोकिन बैंक, हिरोशिमा प्रान्त क्रेडिट फिशरीज कोअपरेटिभ एसोसिएसन

सोधपुछ हिरोशिमा शहर शिक्षा बोर्ड सचिवालय विद्यालय शिक्षा विभाग स्वास्थ्य शिक्षा शाखा खाद्य शिक्षा खण्ड
〒730-8586 हिरोशीमा शहर, नाका वडा, कोकुताइजिमाची 1-4-21
TEL: 082-504-2490 इ-मेल: kyo-kenko@city.hiroshima.lg.jp

डेलिभरी खानाको बारेमा

हिरोशिमा शहरले 42 निम्न माध्यमिक विद्यालय तथा हिरोशिमा माध्यमिक शिक्षा विद्यालय (प्रारम्भिक पाठ्यक्रम) मा डेलिभरी खानाको प्रबन्ध कार्यान्वयन गरिरहेको छ, जुन प्रबन्धमा विद्यार्थीहरूले घरबाट लन्च बक्स लिएर आउने छनोट पनि गर्न सक्छन्।

डेलिभरी खानाको मेनु शिक्षा बोर्डको विद्यालय खाना पोषण विशेषज्ञद्वारा विद्यालय खाना सेवनको राष्ट्रिय मापदण्डको आधारमा निम्न माध्यमिक विद्यालयको विद्यार्थीहरूलाई आवश्यक पोषण प्रदान गर्ने गरी तयार पारिएको छ। मुख्य खाना (भात वा पाउरोटी) र साइड खाना (लगभग 4 साइड डिसहरू) भएको लन्च बक्स र दूध सँगै आउँछ।

साथै खाद्य शिक्षाको दृष्टिकोणबाट स्थानीय परम्परागत खाना र परम्परागत समरोहमा खाने खाना, स्थानीय उत्पादनहरू र परम्परागत खाद्य सामग्रीहरू समावेश गरी खाद्य संस्कृति अर्को पुस्तामा हस्तान्तरण गर्ने कार्यमा पनि प्रयास गरिरहेको छ।

खाद्य सामग्रीहरूको सन्दर्भमा, (सामान्य सम्मिलित संस्था) हिरोशिमा शहर विद्यालय खाना संघले अनावश्यक खाद्य योगशील र आनुवंशिक रूपमा परिमार्जित सामग्रीहरू प्रयोग नगर्ने जस्ता मापदण्डहरूमा आधारित भएर थोकमा खरिद गर्छ र खाना पकाउने, ढुवानी र लन्च बक्सको सरसफाइ र भण्डारण गर्ने काम निजी कम्पनीलाई आउटसोर्स गरेको छ।

【खानाको परिकारको परिचय (मेनु)】

ごはん・ひれかつ・ぽてとさらだ・ごまあえ・かしわもち・ぎゅうにゅう

ぱん・たんどりーちきん・ふらいどぽてと・てっちゃんさらだ・にんじんのたまごとじ・なし・ぎゅうにゅう

ぱん・しろみざかなのかれーあげ・せんちゃんやきそば・たまごさらだ・みかん・ぎゅうにゅう

ごはん・さけのしおやき・あかじそあえ・にくじゃが・おひたし・きなこふらいびーんず・ぎゅうにゅう

＊ घरबाट चप्स्टिक र चम्चा लिएर आउनुहुन अनुरोध गर्छौं।