



# 給食たより

町田市立南大谷小学校

梅雨入り間近となりました。これから夏にかけて気温も湿度も上がり、蒸し暑く過ごしにくい日が増えてきます。とくにこの時期からは食中毒の発生が多くなります。食事の前の手洗いやうがい、清潔なハンカチを身につけることなど、身近な衛生に気をつけて過ごしましょう。

## 6月は「食育月間」です!

毎月19日は「食育の日」、そして毎年6月は「食育月間」となっています。子どもの健康づくりに毎日の食事は大きな役割を果たしています。栄養面だけでなく、豊かな心や社会性を育て、自分で判断し生活できる大人になるためにも食育が果たす役割には大きなものがあります。

### 学校の食育の6つの視点

#### 食事の重要性を知る



生きる上で欠かせない食の大切さを知る。みずから調理し食事の準備をすることができる。

#### 心身の健康を育む



栄養バランスがとれた食事や食べ方を学び、よりよい食習慣を形成しようと努力できる。

#### 食品を選択する力をつける



食べ物に関心を持ち、品質や衛生、栄養面など総合的に判断し、適切に選択できる。

#### 感謝の心でいただく



食生活が自然の恩恵のうえに成り立ち、多くの人のかに支えられていることを知り、感謝して食べることができる。

#### 社会性を養う



協力して準備をしたりマナーをよく考えることは、相手を思いやり楽しい食事につながることを理解する。

#### 食文化を未来に伝える



季節や行事にちなんだ食事があることを知る。地域の歴史や風土に深いかわりがあることを理解し、尊重できる。

#### ★5月(4/22~5/22)使用食材 ~産地~

生姜(高知)にんにく(青森)パセリ(千葉・静岡)もやし(栃木)人参(静岡・千葉)きゅうり(群馬・宮崎・秋田)玉ねぎ(北海道・佐賀・兵庫)セロリ(静岡・長野)キャベツ(東京・神奈川)小松菜(東京・埼玉)ねぎ(茨城)赤パプリカ(高知)黄パプリカ(高知)しめじ(長野・新潟)じゃがいも(鹿児島・長崎)かぶ(東京)だいこん(東京・千葉)ごぼう(青森)にら(茨城)小松菜(東京・埼玉)えのき(長野)ピーマン(茨城)さやいんげん(千葉)白菜(茨城)ふき(愛知・茨城)アスパラガス(秋田)トマト(愛知)ほうれん草(栃木・埼玉)チンゲン菜(茨城)さやいんげん(千葉)ブロッコリー(愛知)里芋(茨城)清見オレンジ(愛媛)カラマンダリン(愛知・愛媛)レモン(広島)みしょうかん(愛媛)デコボン(熊本)  
豚肉(群馬・神奈川)鶏肉(岩手)  
あじ(ニュージーランド)ちりめんじゃこ(広島)ししゃも(ノルウェー)かつお(千葉・宮城)ホキ(ニュージーランド)豆あじ(長崎)いか(ペルー)さば(欧州)きす(タイ)えび(インド・ベトナム)しらす干し(茨城)あさり(愛知)  
精白米(埼玉)  
牛乳(北海道・岩手・千葉・栃木・神奈川・岡山)