



# きゅうしょく 給食だよ!

特別号

2026年1月13日  
町田市立つくし野小学校  
校長 山中 朗  
栄養士 大屋 もも

あけましておめでとうございます。

6年生にとっては、小学校で食べる給食も残りわずかとなりました。6年生のこれから的人生にとって、記憶に残るような給食を給食室一丸で作っていきたいと思います。

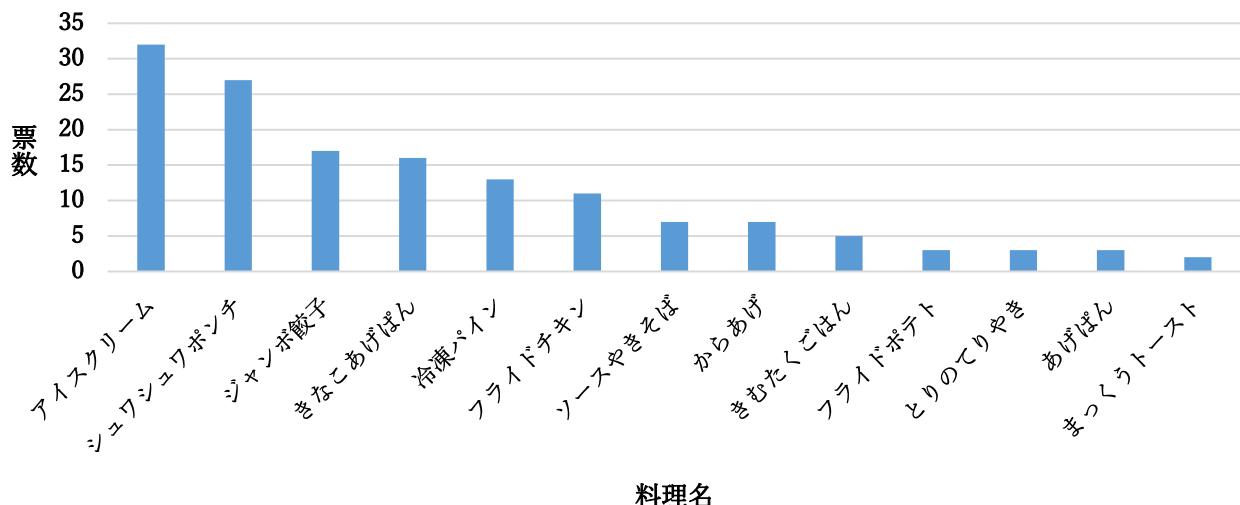
また今月は、子ども、保護者の皆様の給食に対する関心を高めるための「全国学校給食週間」があります。この週間に合わせて、今年度は各年代ごとの給食をテーマにした給食を実施します。ぜひ、ご家庭でも話題にしてみてください。

今年も、子供たちにとって学校生活の楽しみになるような給食を提供していくように日々工夫していくので、引き続き、ご理解とご協力の程よろしくお願ひいたします。

リクエスト 給食結果発表

今年も6年生のみなさんにリクエスト給食アンケートを実施しました。結果は下のグラフの通りです。町田市の特色である手作り料理を中心に1月から3月の給食に取り入れる予定です。1月は全学年で人気の「きなこあげぱん」を作ります！

## 6年生リクエスト給食



6年生のみなさん、アンケートのご協力ありがとうございました。みんなが1年生と2年生の時に提供した「まくうトースト」を覚えていることが嬉しかったです！  
2月3月のリクエスト給食も楽しみにしてください。

# いま き せい かつ しゅう かん びょう 今から気をつけたい生活習慣病



## きゅーたんの 質問コーナー

生活習慣病って  
おとなの病気だよね？

おとなになって  
かかることが多いけれど、  
最近は子どもも  
かかることがあるよ

気をつけるのはおとなに  
なってからでいいよね？

身についた生活習慣は  
おとなになってから  
かえることが難しいので、  
今から気をつける  
必要があるよ

食事・運動・睡眠などの生活習慣と関係して  
起こる心臓病、脳卒中、糖尿病などを「生活習慣  
病」といいます。生活習慣病は、脂肪分や糖分、  
塩分をとり過ぎている食生活や、運動不足、睡眠  
不足などの生活習慣が長年続くと発症します。  
多くはおとなになってから症状が現れます  
が、予防するには、子どもの頃からバランスのよい  
食生活と、健康的な生活習慣を続ける必要があります。

## あなたや、あな しょく せい かつ 食生活を・

- 揚げ物ばかり食
- 甘い菓子をよく
- 塩やしょうゆを
- 朝ごはんを抜く
- 野菜が苦手では

七

### 【12月の生鮮食品の産地のお知らせ】

町田市では使用した生鮮食品の産地をお知らせすることになっています。

	品目	産地		品目	産地		品目	産地		品目	産地
野 菜	きゅうり	宮崎	野 菜	キャベツ	愛知	野 菜	じゃがいも	北海道	野 菜	鶏肉	岩手
	にんじん	千葉		セロリ	静岡		にら	福島		豚肉	神奈川・群馬
	ごぼう	青森		白菜	茨城		ピーマン	茨城		ます	ロシア
	大根	町田・神奈川		かぶ	東京		チンゲン菜	静岡		さば	ノルウェー
	にんにく	青森		えのきたけ	長野		しめじ	長野		米	はえぬき
	しょうが	高知		まいたけ	長野		さといも	埼玉		はえぬき	山形
	玉ねぎ	北海道		小松菜	神奈川		れんこん	茨城		果物	みかん
	長ねぎ	町田・青森・秋田・群馬		もやし	栃木		かぼちゃ	北海道		みかん	和歌山

