

家庭数

給食だより 6月

2025年 5月29日
町田市立成瀬台小学校
校長 奥 明廣
栄養士 水谷 麻香

6月は食育月間です。「食」について学校では、給食など教育活動を通じて食育の推進を図っていきます。ご家庭でも身近なことから実践して、関心を高めていきましょう。自分の生活をふり返り、「食」について考えてみるのもいいですね。



6月は食育月間です



食育とは、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもので、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

～食育で育てたい「食べる力」～

1. 心と身体の健康を維持できる

2. 食事の重要性や楽しさを理解する

3. 食べ物の選択や食事づくりができる

4. 一緒に食べたい人がいる（社会性）
5. 日本の食文化を理解し伝えることができる

6. 食べ物やつくる人への感謝の心

農林水産省「私たちが育む食と未来 第4次食育推進基本計画」

○5月の産地は以下の通りでした。

米

秋田県産 あきたこまち

野菜、果物、肉、米など

キャベツ	千葉、愛知	ねぎ	群馬、埼玉、茨城	もやし	栃木
にんじん	長崎、徳島、千葉	じゃがいも	鹿児島、長崎	にら	茨城
小松菜	神奈川	しょうが	高知	にんにく	青森
大根	千葉、茨城	きゅうり	群馬	ほうれん草	神奈川、東京
セロリ	静岡、長野	パセリ	千葉	白菜	茨城
玉ねぎ	北海道、兵庫、佐賀	ごぼう	青森	しめじ	長野
ピーマン	茨城	黄パプリカ	高知	えのき	長野
甘夏	愛媛	美生柑	愛媛		
豚肉	神奈川、群馬	鶏肉	岩手	卵	栃木
ベーコン・ウインナー		町田、神奈川、九州産の豚肉使用。独逸屋さんのもの			
銀鮭	チリ	赤魚	アメリカ	さば	ノルウェー
メルルーサ	アルゼンチン	しらす干し	茨城	ししゃも	ノルウェー
しらす干し	茨城	いか	ペルー		
牛乳	北海道、青森、岩手、宮城、埼玉、栃木、群馬、千葉、山形、神奈川、静岡、福島、愛知、三重				

《お知らせ》

～F C町田ゼルビア応援給食～ 6月19日(木)に提供します

町田市をホームタウンとしているサッカーチーム「F C町田ゼルビア」は、現在、日本のサッカーのトップリーグであるJ1リーグにて活動しています。今シーズンはいよいよACL(アジアチャンピオンズリーグ)という世界を舞台にした戦いに挑戦します。J1リーグ、そして世界でがんばる「F C町田ゼルビア」を応援するために、町田市の小・中学校で「がんばれゼルビア！F C町田ゼルビア応援給食」を提供します！この献立は、「F C町田ゼルビア」の選手たちが実際にクラブハウスで食べているメニューを教えていただき、学校給食用にアレンジしたものです。給食で選手と同じメニューを食べて、「F C町田ゼルビア」を応援しましょう！



6/19のこんだて

- 牛乳
ごはん
ひじき甘辛ふりかけ
チキングリル
ガーリックハニースソース
小松菜と春雨のナムル
厚揚げの豆乳クリーム煮

◆1年生がそら豆のさやむきをします

独特の香りや風味のある「そら豆」。ビタミンB群やC・鉄・食物繊維が豊富に含まれています。6月5日に1年生が生活科の中で「そら豆」のさやむきをします。むいた「そら豆」はすぐに給食室でゆで、当日の給食の献立として全校でいただきます。

ビタミン＆鉄が豊富！

そら豆



◆まち☆ベジを積極的に使います

6月から町田市産の野菜を取り入れていきます。玉ねぎ・じゃがいも・にんじん収穫が始まり納品していただける事になりました。給食時にも紹介していきます。

6月の【まち☆ベジ】の紹介
にんじん・玉ねぎ・じゃがいも・きくらげが農家さんから入荷します。キムチの白菜とたくあんの大根も町田産になります。



健康な歯でよくかんで食べることは、食事をおいしく味わい、しっかり栄養を吸収するための基本です。むし歯は一度なってしまうと元の歯には戻らないため、子どものころからきちんと予防することが肝心です。むし歯ができてしまったら、痛みがなくても早めに歯医者さんにかかりましょう。

