



9月食育だより

町田市立鶴間小学校
校長 杉本 勉
栄養士



食の備えを見直しましょう



ねん がつついたち かんとうだいしんさい はっせい
1923年9月1日に関東大震災が発生したことにちなみ、9月1日は「防災の日」です。秋は台風シーズンということに加え、近年では気候変動の影響から豪雨も頻発し、各地で甚大な被害が相次いでいる状況です。台風の予報が出てから慌てて買いに行き売り切れ...ということのないよう、日ごろから水や食料品は多めにストックしておくことが安心です。

水や食料品は最低3日分、できれば1週間分を備えておくことが勧められています。日常よく食べているものを多めに買い置きし、食べたら買い足す「ローリングストック」で無理なく備えましょう。



水は必需品!
ひとり 1人1日3Lが目安です。

カセットコンロとボンベがあれば、食べられる食品の幅が広がります。



食料品は常温で保存ができ、簡単な調理やそのまま食べられるものが便利です。

缶詰、レトルト食品、乾物、日持ちのする野菜など。

好きなお菓子や食べ慣れているものがあると、不安な気持ちを和らげてくれます。

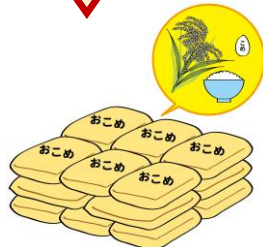
数品を同時に作れて水を節約できる湯せん調理がおすすめです。

- ① 耐熱ポリ袋に食材、水、調味料などを入れ、空気を抜いて袋の上の方で結ぶ。
- ② 鍋の底に耐熱皿や布巾などを敷いてお湯を沸かし、①を入れて加熱する。

学校給食用食材の産地 (6/25~7/16)

品目	産地	品目	産地	品目	産地
野			菜		
きゅうり	群馬	もやし	栃木	セロリ	長野
トマト	町田	いんげん	福島	じゃがいも	千葉・長崎
キャベツ	長野	人参	青森	ごぼう	宮崎
大根	北海道	小松菜	町田・神奈川	万能ねぎ	福岡
長ねぎ	茨城	しょうが	高知	えのき	栃木
にら	茨城	玉ねぎ	香川	白菜	長野
とうがん	静岡	なす	町田・埼玉	にんにく	青森
ピーマン	町田	赤パプリカ	高知	黄パプリカ	高知
ズッキーニ	長野	たけのこ	福岡	かぼちゃ	町田
チンゲン菜	静岡				
肉			牛乳		
とり肉	岩手	鶏肉	北海道	調理由牛乳	北海道
豚肉	群馬・神奈川	タカナシ乳業	神奈川	鶏卵	栃木
		集乳エリア	千葉		
米			魚介類		
あきたこまち	秋田	ひとめぼれ	宮城		
ししゃも	アイスランド・ノルウェー・カナダ	ホキ	ニュージーランド・オーストラリア	ほたて	北海道
				さば	ノルウェー・他

学校に備蓄してあるアルファ化米も、ときどき給食で使用しながらローリングストックしています。



※学校給食では、食品衛生法に基づき出荷制限されていない安全な食材を使用しております。なお、食材につきましては使用当日に市場より調達しますので、その日の入荷状況により食材の産地が異なります。このため、産地は前月の実績を掲載いたします。