

6月給食だより

2024年5月31日
町田市立高ヶ坂小学校
校長 岩崎 直美
栄養教諭

安全においしく給食を食べるために

食べることはごく当たり前のことで、「かんで飲み込む」という動作を意識しながら食べている人はあまりいないかもしれませんが、食べ物の形状によっては、よくかまずに飲み込んでしまうと窒息する危険性があります。給食を安全においしく食べるために、以下のことに気を付けましょう。



正しい姿勢で食べましょう。

食べやすい大きさにしてから口に入れましょう。

よくかむことを意識しましょう。

かむ かむ

食べ物が口に入っているときにはしゃべりません。

食べている人を笑わせたり驚かせたりしてはいけません。

早食いは危険です。絶対やめましょう。

◎今年度の学校給食費口座振替日は、下記表のとおりとなります。期日までに口座残高をご確認いただきますよう、お願いします。
ご不明点・お問い合わせは保健給食課（042-724-2177）までお願いします。

2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期
6月分	7月分	8月分	9月分	10月分	11月分	12月分	1月分
7/1	7/31	9/30	10/31	12/2	12/25	1/31	2/28

◎5月の給食で使用した主な生鮮食品等の産地

品目	産地	品目	産地	品目	産地
玉ねぎ	北海道、佐賀	ごぼう	青森	肉	鶏肉 岩手
人参	千葉	ピーマン	茨城		豚肉 群馬
もやし	栃木	しょうが	高知	卵	鶏卵 東京
にら	栃木	しめじ	新潟	シルバー	アメリカ、ロシア
ぎゅうり	宮崎・町田	白菜	茨城	ほっけ	長崎
じゃが芋	鹿児島	小松菜	町田・東京	メルルーサ	アイスランド
ねぎ	茨城	チンゲン菜	町田	かつお	八丈近海
キャベツ	神奈川	マッシュルーム	千葉	ししゃも	アイスランド
大根	千葉	カラマンダリン	愛媛	米	精白米 埼玉・茨城
えのき	長野	グリーンアスパラ	山形	牛乳	北海道・岩手 神奈川・千葉 茨城・岡山
にんにく	青森	ニューサマオレンダ	愛媛		
セロリ	静岡	メロン	茨城		

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」 「食べる力」=「生きる力」を育みましょう

「人生100年時代」といわれるようになりました。生涯にわたって、心身ともに健康で生き生きと暮らしていくために、あらゆる世代の人が「食べる力」を身につける必要があります。特に、子どもたちに対しては、健全な心と体を培い、豊かな人間性を育てていく基礎となる「食育」を、家庭・学校・地域が連携し、推進していくことが重要です。

食育とは…

(食育基本法・前文より)

- 生きる上での基本であって、知育・徳育および体育の基礎となるべきもの
- 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

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

ライフステージ別に見る食育の取り組み



食べる意欲の基礎をつくり、食の体験を広げる。
食の体験を深め、自分らしい食生活を実現する。
健全な食生活を実践し、次世代へ伝える。
食を通じた豊かな生活の実現、次世代へ食文化や食に関する知識や経験を伝える。

こんなことも
食育です

買い物や料理など、一緒に食事の支度をする。

家族や仲間と楽しく食卓を囲む。

地域の郷土料理や行事食を味わう。