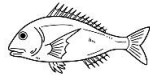


2学期が始まって1か月が経ちました。”実りの秋”と言われるように、秋はお米を始め、たくさんの農作物が収穫できる季節です。自然の恵みに感謝してさまざまな秋の味覚を楽しみましょう。急に涼しくなる時期でもあります。「早寝・早起き・朝ご飯」を心がけて体調管理に努めましょう。



世界食糧デーは国連が定めた世界共通の記念日です。世界中の人々が協力しあい、基本的人権のひとつである「食料への権利」を実現し、飢餓を解決することを目的に制定されました。SDGsにも「飢餓をゼロに」という目標が掲げられているように、世界には生きるための最低限の食事すらできない人がたくさんいます。食べられる幸せをみんなで分かち合える世界にするために、今自分ができることを考え、実行していきましょう。

真鯛の無償提供

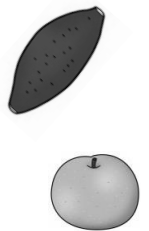


新型コロナウイルス感染症の影響で需要が減った食品産業を支援する取り組みがあります。「国産のうりん すいさんぶつ とう はんろく しんき かいたく きんきゅつ たいさく じぎょう 農林水産物等販路新規開拓緊急対策事業」といい本校は株式会社 三浦屋の協賛により19日に愛知県産の真鯛を無償提供いただくことになりました。

鯛は「めでたい」に通じることから昔からお祝いには欠かせない魚として尊ばれ、日本人には身近な存在です。低脂肪・高たんぱくで、栄養やうま味が豊富です。「腐ってタイ」という言葉がありますが、すぐれているものは多少悪くなくても値打ちがあるという意味で、高級魚の鯛は多少鮮度が落ちてても価値があることに由来します。

* 9月の給食の主な食材 産地 *

- | | | |
|-------------|-----------|--------------|
| にんじん…北海道 | だいこん…北海道 | かぼちゃ…北海道 |
| じゃがいも…北海道 | いんげん…福島県 | ピーマン…青森県 |
| たまねぎ…北海道 | さつまいも…千葉県 | なし…鳥取県 |
| こまつな…埼玉県 | きゃべつ…群馬県 | ぶたにく…茨城県 |
| ごぼう…群馬県・埼玉県 | ねぎ…青森県 | とりにく…宮城県・岩手県 |
| ブロッコリー…長野県 | なす…群馬県 | ぎゅうにく…栃木県 |



10月10日は目の愛護デー

電子機器の使用が増え目を使う時間も増えています。ゲームやパソコンテレビなどは時間を決めて定期的に目を休ませるようにしましょう。意識して遠くを見たり、目に良い食べ物を食べるのも効果的です。



目によい食べ物は？

ビタミンA
カロテン



うなぎ、レバー、にんじん、ほうれんそうなど

アントシアニン



ブルーベリー、ぶどう、なすなど

これらの栄養成分を多く含む食べ物は目の健康によいといわれています。

学校給食費の納入にご協力をお願いします。
引き落としは毎月27日（土日祝日の場合は翌営業日）です。