

食育だより 6月 がつ



練馬区立豊玉中学校

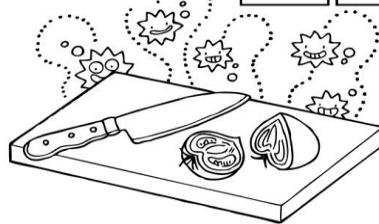
♪ 今月の食育目標～衛生に気をつけよう～



今月は梅雨に入ります。日本の南方沖に、例年一定期間停滞する梅雨前線と呼ばれる不連続線があり、この前線によって長雨がもたらされます。そして、この時期、梅の実が熟すことから“梅雨”と呼ばれるようになったといわれています。梅雨入りとともに気温、湿度が上昇してカビがはえたり、食中毒が発生しやすくなるので十分気をつけるようにしましょう。



食中毒の注意



6月4日は虫歯予防デー！健康な歯で食事も楽しく♪



今月は食育月間



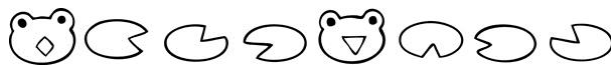
？「食育」ってなんでしょう？

日本では近年、朝ごはんを食べないなど「食」をめぐるさまざまな問題※がみられます。「食育」は生きる上での基本であり、さまざまな経験を通して「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ものとして、その推進が求められています。

その一貫として、練馬区教育員会では日本食の見直しが進められています。給食の献立でも和食を多く取り入れるよう心がけています。

- ※「食」をめぐるさまざまな問題…①食を大切にする心の欠如 ②肥満や生活習慣病の増加 ③栄養バランスの偏った食事や不規則な食事の増加 ④過度のやせ志向 ⑤「食」の海外依存や安全上の問題発生 ⑥伝統ある文化

子どもの食育は、家庭、学校、地域などが連携して進める必要があります。これらの問題改善を図るために、「食育」の大切さを知ってもらいたい！ということで日本では“食育月間”や“食育の日”が設定されたのです。



5月の主な食材の産地

| 牛乳 | 北海道 | 青森 | 秋田 | 岩手 | 宮城 | 千葉 |
|-------|-----|----|-------|------|----|-------|
| 人参 | 静岡 | 千葉 | 徳島 | きゅうり | | 群馬 |
| ねぎ | 千葉 | 茨城 | 青梗菜 | | | 茨城 長野 |
| じゃがいも | 鹿児島 | | ごぼう | | | 青森 |
| 大根 | 千葉 | | 白菜 | | | 茨城 |
| 玉ねぎ | 北海道 | | セロリ | | | 静岡 |
| キャベツ | 神奈川 | | ミニトマト | | | 愛知 |
| もやし | 栃木 | | 生椎茸 | | | 秋田 |
| 小松菜 | 埼玉 | | れんこん | | | 茨城 |
| しょうが | 高知 | | ピーマン | | | 茨城 |
| にんにく | 青森 | | 赤ピーマン | | | 茨城 |
| たけのこ | 熊本 | | えのきたけ | | | 長野 |
| ニラ | 茨城 | | なつみ | | | 愛媛 |
| 万能ねぎ | 福岡 | | メロン | | | 茨城 |

給食費引き落としについて

1年生も今月より給食費の引き落としが始まります。

教材費と一緒にゆうちょ銀行から引き落としされます。

引き落とし前日までの入金にご協力お願いいたします。

今月の引き落とし日は

6月6日(月)です。

