

# 6月「給食だより」



令和5年 6月 1日  
練馬区立大泉西小学校  
校長 岩切 洋一

## 「食育」で生きる力を育もう

生きていく上で欠かすことのできない「食」を食べること。生涯にわたって健康で心豊かに暮らしていくためには、子どものころから、食に関する知識を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことが重要です。毎年6月は国が定める「食育月間」です。よりよい食生活を目指して、できることから取り組んでみませんか？



◆「食育基本法」では、「子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である」と明記され、食育を「生きる上での基本」であるとして、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けています。

## 家庭で取り組みたい「食育」

|                        |                        |                                |                         |
|------------------------|------------------------|--------------------------------|-------------------------|
| <p><b>朝ごはんを食べる</b></p> | <p><b>家族で食卓を囲む</b></p> | <p><b>一緒に食事の支度を<br/>する</b></p> | <p><b>わが家の味を伝える</b></p> |
|------------------------|------------------------|--------------------------------|-------------------------|

## 感染症・食中毒予防の基本！

### 正しい手洗い方法を確認しよう

- 流水で手をぬらした後、せっけんをつけ、手のひらをよくこする
- 手の甲を伸ばすようにこする
- 指先、爪の間を念入りにこする
- 指の間を洗う
- 親指、手首を反対側の手でねじるようにして洗う
- 流水で十分に洗い流し、清潔なハンカチやタオルでふき取る

**洗い残しの多い〇部分は念入りに！**  
爪はあらかじめ短く切っておきましょう

## ねりまくいっせい 練馬区一斉キャベツの日

6月7日(水)は、練馬区立の全小中学校で練馬区産のキャベツが給食で使用される日です。大西小では、練馬区産のキャベツをたくさん使ったホイコーロー丼を作ります。23区で一番農地面積が大きい練馬区では、キャベツが多く作られています。学校の近くにもキャベツ畑が、たくさんあります。大西小に届くキャベツは、近くの畑のキャベツが届くかもしれませんね！