

6月給食だより



令和6年6月3日
練馬区立大泉学園小学校
校長 本橋 教子
栄養士



梅雨の季節がやってきました。天候もコロコロと変わりやすく、気温と湿度の高くなる日が増えていきます。そのため、体力が落ちたり、食欲もダウンしたりと体調を崩しやすい時期もあるので、しっかりと栄養・睡眠をとって、疲れを体に溜めないようにしましょう。

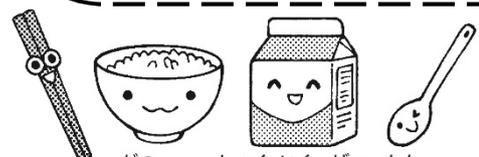


練馬産一斉給食

6月5日(水)は練馬区産を使った一斉給食の日です。「一斉給食」では、毎年、練馬産の野菜を使用した給食を全校で実施しています。

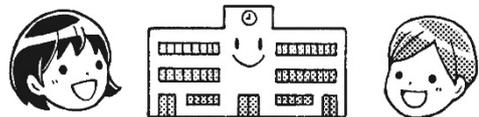
食育の一環として地域の自然や文化、産業等に関する理解を深め、生産に携わる方々への感謝の心を育む事を目的としています。

6月はキャベツの月です! 学園小ではキャベツをたくさん使った「ねり丸キャベツの回鍋肉丼」を作ります。大切に育ててくれた農家の方々に感謝の気持ちを込めて、おいしくいただきます。



6月は食育月間

毎年6月は食育月間です。食育は、生きるうえでの基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものです。また、心身の成長や人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と体を培い、豊かな人間性を育ていく基礎となります。自分の生活を振り返り、「食」について考えてみましょう。



©少年写真新聞社2024

食中毒を予防しよう!

梅雨時期(5月~6月)は湿度や気温が高く、細菌が増えやすいので、この時期には細菌性の食中毒の発生件数が増加する傾向にあります。

細菌による食中毒を予防するためには、

- 細菌を食べ物に「つけない」
- 食べ物に付着した細菌を「増やさない」
- 食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」

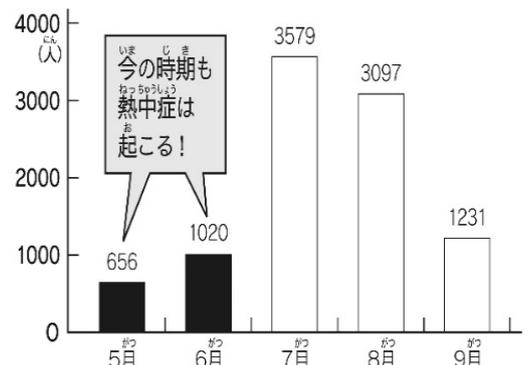
この3つのポイントをおさえて、安心して食事ができるようにしましょう。

暑さに慣れていない時期の熱中症に注意!

消防庁によると、令和5年5月~9月の間に、熱中症によって救急搬送された少年(満7歳以上満18歳未満)は、9583人でした。右のグラフは、救急搬送状況を月別にあらわしたものです。

もっとも多いのは7月と8月ですが、5月や6月にも発生していることがわかります。

図 令和5年度5月~9月の熱中症による救急搬送状況(満7歳以上満18歳未満)



消防庁「熱中症による救急搬送状況」(令和5年5月~9月の月報)より作成

©少年写真新聞社2024