



給食だより

令和 5 年 5 月 31 日
練馬区立八坂小学校
校長 野尻 哲也
栄養士

「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」のこと。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方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。よりよい食生活を自覚して、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って、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。



6月は食育月間です！

食育とは・・・

◎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出来る人間を育てること

学校での食育とは・・・

子供たちが健全な食生活を実践し、健康で豊かな人間性をはぐくんでいけるよう、栄養や食事のとり方など、正しい知識に基づいて自ら判断し、実践していく能力などを身に付けるため、給食の時間をはじめ各教科等と関連付けて食育に取り組んでいます。

家庭で取り組みたい「食育」



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



気温や湿度が高くなる梅雨時は、食中毒の原因となるカビや細菌などの微生物が活発になるため、衛生面に特に気を配る必要があります。食事や調理の前はせっけんで手をきれいに洗い、料理を作ったら室温に放置せず、早めに食べきるか冷蔵庫などで衛生的に保存することが大切です。



* 今月の献立から *

7日・・・練馬区一斉給食（キャベツ） ☆回鍋肉丼☆

区内産のキャベツをたっぷり使って、ホイコーローを作ります。

9日・・・入梅献立 ☆いわしの蒲焼き丼☆

いわしの開きを揚げて甘辛いたれをかけていただきます。

19日・・・郷土料理 ☆タコライス・イナムドゥ☆

沖縄の郷土料理を出します。暑くなってくる季節です。しっかり食べて、暑さに負けない体を作しましょう。

学校徴収金（給食費＋教材費）の納入にご協力お願いいたします。

引き落とし日は 6 月 8 日（木）です。引き落としの際には振込手数料 10 円がかかります。ご了承ください。