

12月給食だより

令和6年度 11月29日

練馬区立八坂小学校

今年もあと1ヶ月となります。寒くなると、朝起きるのがつらくなりますね。リズムをくずさないように早寝・早起きを心がけ、朝・昼・夕の3食をきちんと食べて12月をのりきりましょう。2学期の給食もあと17回です。しっかり食べて、寒さに負けない丈夫な体を作りましょう。

手洗いは感染症予防の基本です！

気温が低くなり、冷たい水で手を洗うのがつらい季節です。いろいろなものに触れる手は、一見きれいな見えても、細菌やウイルスなどがたくさん付いています。自分自身の感染を防ぐとともに、周りの人へ感染を広げないために、食事の前にはきちんと手を洗いましょう。



手洗いのポイント

せっけんをつけ、こするように洗います。

汚れの残りやすい部分は念入りに。

流水でしっかりと洗い流し、清潔なタオルなどで水分を拭き取りましょう。



水分が残っていると手荒れの原因になります。

手荒れがあると、手洗いがおそろかになったり、細菌やウイルスが付着しやすくなります。乾燥が気になるときは、保湿剤をこまめに塗りましょう。



外から帰ったときには、うがいも忘れずに。ブクブクがいの後に、ガラガラうがいをするとう�효的です。

給食を通して地産地消の良さを知ろう！

地産地消とは、地域で生産された農林水産物を、その地域で消費する取り組みです。学校給食では、地域でとれた「地場産物」を活用することで、地域の産業や食文化への理解を深め、地域への愛着を育むとともに、環境問題や食料自給率といった課題について目を向ける機会にしたいと考えています。

地産地消の良さとは？



<p>新鮮な旬の味覚を味わうことができる</p>	<p>作っている人の顔がわかり、安心感が得られる</p>	<p>地域内で資金が還元され、地域経済の活性化につながる</p>
<p>農業が活性化することで農地が保全され、景観の維持や洪水の防止につながる</p>	<p>運ぶ距離が短くなり、エネルギー消費量が削減でき、環境に優しい</p>	<p>SDGs（持続可能な開発目標）の達成に貢献できる</p>

学校給食に地場産物を活用する効果



地域の産業や食文化への理解を深めることができる

食料の生産、流通に関わる人びとに対する感謝の気持ちを育むことができる

学校と地域との連携・協力関係を構築することができる



* 今月の献立から *

2日（月）・・・練馬大根 区内小中学校一斉練馬大根使用日
今年も、練馬区では「練馬大根引っこ抜き競技大会」が開催されます。収穫を競技大会にすることで、参加者に楽しんでもらい区内の方たちに練馬大根の魅力を知ってもらうことや学校給食で子供たちに提供し、食育を推進することを目的としています。引き抜かれた練馬大根は、練馬区の学校給食係とJAあおばの職員で一本一本丁寧に洗浄・袋詰めをし、翌日、区内の小中学校に配送されます。

八坂小学校では、練馬大根を使った「練馬スパゲティ」を作ります。

11日（水）・・・練馬キャベツ 区内小中学校一斉練馬キャベツ使用日

11日は、練馬区で生産されたキャベツを区内の小・中学校の給食で使用する「練馬キャベツ一斉給食の日」です。この取り組みは、地元でとれた野菜を子供たちに食べてもらい、地域の自然や文化に関心を持ち、生産者の方への感謝の気持ちを育てることを目的としています。今年は夏の猛暑で苗が枯れてしまい、11月の予定が今月にずれてしまいましたが、おいしいキャベツを味わってほしいと思います。キャベツメンチとサラダを提供します。