

6月食育だより

兵庫小学校
令和5年6月

6月は「食育月間」です。食べることは生きる上で欠かせないことであり、健康な生活を送るための基本となるものです。特に子どもたちにとっては、心や体の成長に大きな影響を与えます。この機会にぜひ日頃の食生活について見直してみましよう。

<h2>食育月間</h2> <p>いっしょに ふり返って みましょう。</p>	<p>朝・昼・夕、しっかり 食べている</p> <p>赤・黄・緑の食べ物はそろ えられましたか。</p>	<p>すききらいせず食べて いる</p> <p>食べられたら大いにほめて あげてください。</p>	<p>できるだけ家族そろっ て食卓を囲む</p> <p>「語り合おう その日の き事 食卓で」(食育標語)</p>
<p>食事の準備や後片付けを 子どもにまかせる、一緒 にする</p> <p>食器選びや配膳を任せたり、 ときには一緒に料理するの もいいですね。</p>	<p>食事のあいさつをする</p> <p>「いただきます ごちそう さまは 愛言葉」(食育標語)</p>	<p>家庭や地域で昔から作 られてきた料理を食べ る、作る</p> <p>「食文化 次は あなたが 守る番」(食育標語)</p>	<p>食品を買うときには表 示をよく見る</p> <p>「選ぶこと 君の健康 守 ること」(食育標語)</p>

はしの持ち方や使い方、正しい配膳やマナー、食材や調理法の知識や食べ物を大切に
にする心、そして親しい人と楽しく食卓を囲む体験など、家庭の食卓は食育の宝庫
です。しかし最近では家庭で食卓を囲む回数が減り、こうした機会が少なくなって
いることが懸念されています。食事は家族のきずなを強める大切な時間です。なる
べく時間を合わせ、家族そろって食卓を囲む機会をたくさんつくっていきましょう。

世界中には食べる物がなくて死んでしまったり、病気になったりしている人たちがたく
さんいます。みなさんは、毎日食事ができて幸せですね。食べ物や、食に携わる人たち
に感謝して食べるようにしましょうね。



6月4～10日は、
歯と口の健康週間です!

骨は、みなさんの体を支えるのにとっても大切な役割をしています。口の中の歯は、食べ物をかみくだいて細かくし、体の中に栄養を吸収しやすくします。このように、大切な骨や歯を丈夫にするには、カルシウムの働きが重要になります。給食では、月に1度か2度、カルシウムのキャラクター「カルちゃん」を献立にのせて、カルシウム摂取の啓発をしています。



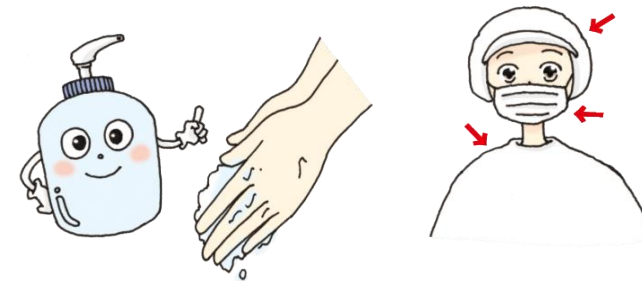
あじさいまつり

図書館では、6月にあじさいまつりがあります。図書館の本とコラボ給食を1日だけですが実施します。高柳先生に、本を選んでもらいました。「ほうれんそうカレーききいっぱつ」です。SDGsの勉強になりますよ。献立は、ほうれんそうカレーです。



学校給食の衛生管理

学校給食の衛生管理は、「学校給食衛生管理基準」(文部科学省)に沿って実施されます。これは、衛生管理の重要な項目が示されたものです。また、この重要な項目を「学校給食日常点検票」で確認が義務づけられています。佐賀市では、佐賀市教育委員会で「学校給食衛生管理基準」が作成されています。給食室ではこれらのマニュアルにそって毎日の給食調理作業を行っています。



日常点検でチェック
していること

- 水道水の塩素濃度
- 材料の検収
- 調理員さんの健康
- 手洗いの徹底
- 中心温度の確認
- 校長先生の検食

この他にもまだまだ
たくさんのチェック
項目があります。

Vertical line on the left side of the page.