

# 給食だより



令和8年6月

おうちのひとといっしょに読みましょう

佐賀市川副学校給食センター TEL 0952-45-0374

## 6月は食育月間 ～家族みんなで取り組みましょう～



子どものうちから、健全な食生活を送ることは、生涯にわたって健やかな心と体を培い、豊かな人間性を育む基礎となります。

「早寝・早起き・朝ごはん」は、毎日の生活リズムを作り、健康に過ごすためにとても大切な生活習慣です。

世界で活躍するトップアスリートたちは、練習と並び「食事」をとても大切にしています。「食事」は、ただ単に食欲を満たすだけのものではありません。なりたい自分に近づき、最高のパフォーマンスを発揮するためには欠かせない土台であり、「根っこ」なのです。



家族と共にする食事「共食」は、食卓の楽しい風景とともに生涯にわたる味覚の記憶や基礎となり、子どもの心身の成長にも深く関係するといわれます。

### 蒸し暑くなる季節

## 食中毒予防三原則を守ろう!

気温や湿度が高くなると、食中毒を引き起こす細菌類が繁殖しやすくなります。食中毒を予防するには、菌などを「**付けない・増やさない・やっつける**」が大切なポイントです。

### 付けない!



料理の前は、せっけんで手洗い。包丁やまな板などは、加熱する肉・魚・野菜で使い分けをする。

### 増やさない!



料理をしたらすぐに食べる。保存する場合は冷蔵庫で。なるべく早く食べきる。

### やっつける!



食べ物の中心までしっかり火を通す。とくに肉類の生焼けには注意する。

# がっこう 学校における食育 しよくいく ~食に関する指導~ しよく かん しどう

がっこう 学校における食育は、しよくいく 教育活動全体を通して、きょういっくかつどうぜんたい 食に関わる資質・能力を育むことを目指しています。と お しよく かなか ししつ のつりよく ばくく め ざ

## しよくいく 食育で とだ 育てたい力 ちから

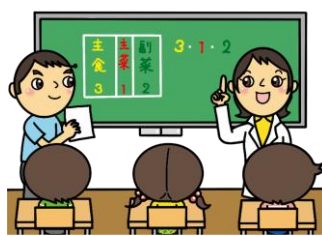


### きゅうしょく じかん 給食の時間で



ちさんちしょう じゆん 食文化など 地産地消や旬、食文化など 献立を通して伝え、あいさつやマナーを学び、思いやりの心も育みます。

### じゅぎょう なか 授業の中で



かていか 保健、学級活動、家庭科や保健、学級活動、  
せいかつか どうとく 食と健康の 生活科や道徳など、食と健康の  
かかわりや望ましい食習慣について 関りや望ましい食習慣について  
まな 食への理解や関心を深めます。 学び、食への理解や関心を深めます。

### こべつてき そうだんしどう 個別の相談指導で



ひとりひとりの食に関する課題 一人ひとりの食に関する課題  
なやみにおうじて、個別に相談や 悩みに応じて、個別に相談や  
しどう おこな のぞ 望ましい食習慣が 指導を行い、望ましい食習慣が  
みにつくよう支援します。 身につくよう支援します。

## かんそう き 感想をお待ちしています♪

こんげつごう さいご よ 今月号も最後まで読んでいただきありがとうございます。

みぎ 右のQRコードを読み込み、「メール作成画面はこちらから」をタップしますと、メール  
さくせいがめん せんい かんそう しつもん ま 作成画面に遷移します。感想や質問、お待ちしております!!

