6月給食だより

毎年６月は「食育月間」、毎月１９日は「食育の日」
「食べる力」＝「生きる力」を育みましょう

「人生100年時代」といわれるようになりました。生涯にわたって、心身ともに健康で生き生きと暮らしていくために、あらゆる世代の人が「食べる力」を身につける必要があります。特に、子供たちに対しては、健全な心と体を培い、豊かな人間性を育んでいく基礎となる「食育」を、家庭・学校・地域が連携し、推進していくことが重要です。

食育とは…

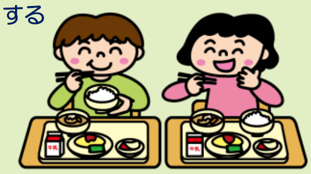
（食育基本法・前文より）

- 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できる人間を育てること

食育で育てたい「食べる力」

1. 心と身体の健康を維持できる

2. 食事の重要性や楽しさを理解する



3. 食べ物の選択や食事づくりができる

4. 一緒に食べたい人がいる（社会性）

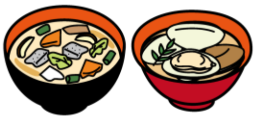
5. 日本の食文化を理解し伝えることができる

6. 食べ物やつくる人への感謝の心

買い物や料理など、一緒に食事の支度をする

家族や仲間と楽しく食卓を囲む

地域の郷土料理や行事食を味わう



所沢の農産物を使います

給食に所沢の農作物等をたくさん取り入れました。

＊１３日（木）枝豆（柳瀬地区　野澤さん）
＊１４日（金）ほうじ茶プリン
＊２０日（木）お茶マーブル食パン
＊２１日（金）竹輪の狭山茶揚げ
　　　　　　まるかじりコーン（柳瀬地区　野澤さん）
＊２５日（火）まるかじりコーン（柳瀬地区　木下さん）

この他にもいろいろな料理に入っている「**じゃが芋**」を越阪部さんから
また、新たに６月から「**小松菜**」を河口さんより納品していただきます。

地域の農家さんの協力で、新鮮でおいしい野菜をたくさん使うことができます。給食で使いやすいように、大きさをそろえ、虫や異物が入らないように気を付けてくれています。
楽しみにしていてください。