

# 食育だより



川口市立新郷東小学校 令和4年5月30日

梅雨の時期は、気温や湿度が上がって食中毒が発生しやすくなります。食中毒予防の基本は、手洗いです。石鹸を泡立ててからしっかりと手を洗う習慣をつけるようにしましょう。食品の保存や調理の際には、衛生面にも十分気を付けることが大切です。食中毒などにかからないためにも、日ごろの生活を整えて免疫力を高めるようにしましょう。

## 6月は「食育月間」です！

毎月19日は「食育の日」、そして毎年6月は「食育月間」となっています。栄養面だけでなく豊かな心や社会性を育て、自分の判断で生活できる大人になるために食育が果たす役割は大きいものがあります。毎日食べている身近な「食」について、家族で話し合ってはいかがでしょうか。

食育月間、ご家庭でもこんなことに  
取り組んでみませんか？



★楽しくて、ワクワクうきうき元気になる、それが食べるということ！★

## 「彩の国ふるさと学校給食月間」です！

今月は、埼玉県の郷土料理や川口市にちなんだ献立など身近な料理が登場します。

### 〈川口市にちなんだ献立〉

9日（木）鉄骨ちらし・鋳物汁

16日（木）川口みそのスタミナ焼肉

### 〈埼玉県の郷土料理〉

6日（月）まゆ玉汁（秩父地方）

24日（金）おっきりこみ（秩父地方）・ゼリーフライ（秩父地方）

### 〈埼玉県で生産量が多い食材を使用した献立〉

3日（金）とりねぎうどん（ねぎ・こまつな）

21日（火）彩の国汁（ねぎ・さといも・こまつな）など



川口市マスコット「きゅぼらん」

### 〇〇〇給食目標〇〇〇

～かむ大切さを知り、よくかんで食べよう～



## 6月4日から10日は 歯と口の健康週間

よくかんで食べるには、歯と口の健康が大切です。かみごたえのある食べ物を食べてかむ力をつけたり、食事の後は歯みがきをしたりして、歯や口の健康を保つようにしましょう。



★本校で収穫されたグリーンピースが、給食に登場します！！

登場する日：6月1日（水）

メニュー：グリーンポタージュ



まるい粒のまま出せなくて残念ですが、少しでも食に興味を持っていただければと思います。当日が、楽しみです♪