

6月 もぐもぐだより

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、子どもたちに対しては、健全な心と体を培い、豊かな人間性を育てていく基礎となる「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」

<p>1 心と身体の健康を維持できる</p>	<p>2 食事の重要性や楽しさを理解する</p>	<p>3 食べ物の選択や食事づくりができる</p>
<p>4 一緒に食べたい人がいる (社会性)</p>	<p>5 日本の食文化を理解し伝えることができる</p>	<p>6 食べ物やつくる人への感謝の心</p>

こんなことも食育です

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

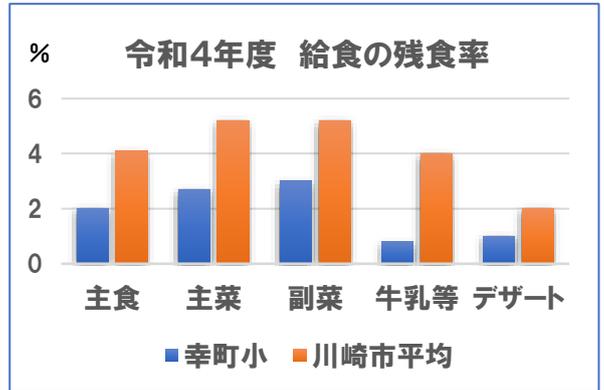


さいわいちょうしょうがっこう ほうこく 幸町小学校もぐもぐ報告

まいとし がっこうきゅうしょく ねんかん じっしかいすう せつしゅりょう しようしょくひん ぶんるいべつていきょうりょう ざんしょくりつ
毎年、学校給食では、1年間の実施回数、摂取量、使用食品の分類別提供量、残食率
とう えいようほうこくしょ さくせい じっしじょうきょう かくにん
等についての栄養報告書を作成し、実施状況の確認をしています。

れいわごねんどの さいわいちょうしょうがっこう ざんしょくりつ しゅしょく しゅさい ふくさい きゅうにゅうとう
令和5年度の幸町小学校の残食率は、主食・主菜・副菜・牛乳等・デザート
ぜんしつ ほうこく くら こうもく ひく すうち けっか した かわさきし
全市の報告と比べ、すべての項目で低い数値の結果になりました。下のグラフは、川崎市の
しょうがっこう へいぎんざんしょくりつ さいわいちょうしょうがっこう
小学校の平均残食率と幸町小学校の数値を比べたものです。

この報告は1年間の平均なので、日々の献立に
よっては、残りが多いものもあります。
とく き ほ たいこん いた に こもくまめ
特に、「切り干し大根の炒め煮」「五目豆」「なすの
みそ汁」「ビビンバの野菜の具」「ひじきのサラダ」
「塩だれキャベツ」など、豆・豆製品、野菜が多い
献立が苦手なようです。それに比べて同じ豆・豆製品
でも「高野豆腐のそぼろごはん」は毎回ほとんど残り
がありません。苦手なものもひと口は食べてみましょう。



がつ きゅうしょく 7月の給食について

7月は、夏の食生活を知り、季節の食品を味わう給食です。

〇7月の給食目標 「夏の食生活について考えよう」

〇行事食「七夕」… 7月4日(木)の給食

ごはん・牛乳・さばの甘辛揚げ・梅きゅうり・そうめんスープ・七夕ゼリー

〇季節の食品

かぼちゃ・ズッキーニ・とうがん・きゅうり・ピーマン・トマト・なす・さやいんげん・
とうもろこし・えだまめ

〇新しい献立 「マーボーどん」… 7月5日(金)の給食

豚ひき肉たっぷりの餡で豆腐を煮込んだ献立です。豆板ジャンとラー油を使用し、
夏場でも食べやすい味つけにしました。



●学校給食費のお知らせ●

第1期(4・5月分)の給食費の口座振替日(納期限)は、7月1日(月)となっています。
前日までに口座の残高の確認をお願いいたします。