



令和6年 5月31日
川崎市立川中島小学校

いよいよ梅雨の季節です。これから夏にかけて気温も湿度も高くなり、蒸し暑く過ごしにくい日が増えてきます。とくにこの時期からは食中毒の発生が多くなります。衛生には十分注意しましょう。しっかり食事、しっかり運動、そしてしっかり睡眠を心がけ、元気に過ごしましょう。

6月の給食

6月は「市制100周年お祝い献立」、「歯と口の健康週間」の行事食を実施します。

季節の食品として、えだ豆・キャベツ・きゅうり・新じゃが芋・トマト・にんにく・ピーマン・あじ・かつおを使用する予定です。

6月の給食目標は「よくかんで食べる大切さを知ろう」です。

「よくかんで食べることの大切さを知る」ことをねらいとして、作成しました。

6月4日(火)

6月の行事食 「歯と口の健康習慣」

今月の給食目標「よくかんで食べる大切さを知ろう」に関連した献立です。6月4日は「6(む)」、「4(し)」と読めることから、「むし歯予防デー」と言われています。そのため、4日から10日までが「歯と口の健康週間」となっています。いつまでも健康な歯と口でいるために、ちくわ、ごぼう、こんにゃく、えのきたけ、わかめなどのかみごたえのある食品を使いました。

ごはん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ 五目きんぴら わかめスープ

6月28日(金)

6月の行事食 「市制100周年を祝う献立」

川崎市は1924年7月1日川崎町(かわさきまち)、御幸村(みゆきむら)、大師町(だいしまち)が合併し、川崎市が誕生しました。今年の7月1日に100年目を迎えるということで、6月末にお祝い献立を実施します。すまし汁には、祝いの文字の入ったなるとを入れます。ゼリーは、市内産の多摩川梨の果汁を使ったゼリーを使用します。また、この日のかつおのたつた揚げには季節の食品かつおを、梅きゅうりには季節の食品きゅうりを使用します。

**ごはん 牛乳 かつおのたつた揚げ 梅きゅうり お祝いすまし汁
「かわさきそだち」のなしゼリー**

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。子どもの健康づくりに毎日の食事は大きな役割を果たしています。栄養面だけでなく、豊かな心や社会性を育て、自分で判断し生活できる大人になるためにも食育が果たす役割には大きなものがあります。

学校の食育の6つの視点

食事の重要性を知る



生きるうえで欠かせない食の大切さを知る。自ら調理し食事の準備をすることができる。

心身の健康を育む



栄養バランスのとれた食事や食べ方を学び、よりよい食習慣を形成しようと努力できる。

食品を選択する力をつける



食べ物に関心を持ち、品質や衛生、栄養面など総合的に判断し、適切に選択できる。

感謝の心でいただく



食生活が自然の恩恵のうえに成り立ち、多くの人の力に支えられていることを知り、感謝して食べることができる。

社会性を養う



協力して準備をしたり、マナーをよく考えることは相手を思いやり、楽しい食事につながることを理解する。

食文化を未来に伝える



季節や行事にちなんだ食事があることを知る。地域の歴史や風土に深いかわりがあることを理解し、尊重できる。