



# 給食だより

平成23年6月号

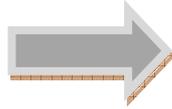
さいたま市立与野西北小学校

## 毎年6月は『食育月間』です

平成17年7月15日に「食育基本法」が施行され、これに伴い平成18年3月31日に政府が「食育推進基本計画」を決めました。毎年6月を「食育月間」、毎月19日を「食育の日」とし、食育の意義を広め重点的に取り組んでいます。個人・家庭・学校・地域のいろいろなところで国民運動として食育を推進していくことが目的となっています。ご家庭でも、食べ物や食の役割について、日常の身近な所から意識していただく機会になればと思います。

どんなことが  
食育なの？

食事の重要性  
心身の健康  
食品を選択する能力  
感謝の心  
社会性  
食文化  
これらを総合的に育むこと



実際には何を  
すればいいの？

食べ残しをしない  
朝ごはんを食べる  
よくかんで食べる  
「ごはんは左、汁物は右」...配膳に気をつける  
家族そろって食事をする  
地元の食材、旬の食材を食べる

できることから、はじめてみよう



「なんだ、簡単！これならできる！」と、思いますよね。普段何気なくしている行動が、実は食育に結びついています。今月はいつもより少しだけ、『食』について意識して行動してみてください。

### 5月20日、1年生がそら豆のさやむきに挑戦しました

「先生見て！いっぱいむいたよ！」「さやの中はフカフカしたベットだったよ！」「赤ちゃん豆があったよ！」みんなキラキラした笑顔で、むいた豆を見せてくれました。そら豆は給食室で茹でて、当日の給食でおいしくいただきました。

お知らせ

### 6月17日、2年生がとうもろこしの皮むきに挑戦します

2年生には毎年とうもろこしの皮むきを体験してもらっています。食べ物に興味を持ってもらうのには、実際に食材に触れ、作る喜びを体験することが一番だと思います。ご家庭でもぜひお手伝いの機会を増やしていただきたいと思います。

### 6月23日(木) 給食試食会を行います

お子様と同じ給食を食べてみませんか？ぜひこの機会に今一度、給食についてご理解を深めていただけましたら幸いです。普段見られない、給食でのお子様の様子を見られる機会でもあります。

#### 【試食会予定献立】

ソイ丼 牛乳 五目スープ  
昆布和え 冷凍みかん  
都合により変更する場合があります

