

ごはんですわよ!

小手指小学校

食育だより



令和7年度6月号

梅雨入りも間近となりました。これからは気温と湿度が高くなる日が増えてきます。天候が不順で、人の体力が落ちる一方、細菌が活発に動く条件がそろってきます。食事の前の手洗いや清潔なハンカチを身に付けることなど、身近な衛生に気を付けてすごしたいですね。

6月は食育月間です!

平成17(2005)年に食育基本法が制定されました。毎月19日は「食育の日」、そして6月は「食育月間」となっています。健康は一生の宝物。食育はその健康づくりに大きな役割を果たします。学習指導要領でも学校全体で食育をしていくことが明記されています。給食時間をはじめ、さまざまな授業などで取り組みが行われます。ご家庭でもぜひ、ふだんの食生活をふり返る機会にしていただけましたら幸いです。

ふい返って みよう! 毎日の 食生活

- | | | |
|--|--|---|
| 1
<p>朝、昼、夕の3食をしっかりと食べていますか?</p> | 2
<p>好ききらいをしないで食べていますか?</p> | 3
<p>できるだけ家族そろって食卓を囲むようにしていますか?</p> |
| 4
<p>食事の準備や後片付けをお子さんと一緒にされていますか?</p> | 5
<p>「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしますか?</p> | 6
<p>家庭や地域で受け継がれてきた料理を大事にして食べていますか?</p> |
| 7
<p>食品を買うときには、表示をよく見ていますか?</p> | | |

栄養教諭日記

作・画

Vol.3 「Good night」

いまむら



みんなで食べよう! とことこオーガニック

今年度は例年よりも多く、給食に「とことこオーガニック」が登場します。早速、6月から有機栽培された野菜を使った給食が登場する予定です。子どもたちには給食を味わいながら、所沢市の農業や、環境保全に関する意識を高めていってほしいと思います。

有機農業(オーガニック)とは?

化学的に合成された肥料・農薬や、遺伝子組換え技術を利用しないことを基本として、農業生産による環境への負荷をできる限り減らした農業のことです。

化学肥料の代わりに、落ち葉や動物のフンなどを混ぜた「たい肥」を使います。また、化学合成農薬の代わりに、ネットを張って虫を防ぎます。除草剤も使うことができないため、手作業で草取りをします。

スーパーなどで売られている「有機農産物」は、第三者機関が国際的な水準を満たしていることを認証し、「有機JASマーク」が付いています。しかし、このマークを取得することは簡単ではありません。

所沢市では、試験的に「とことこオーガニック」という独自の基準を設けて、有機農業に取り組む畑で採れた野菜を学校給食に使用しています。

小手指小学校が
モデル校になりました。

