

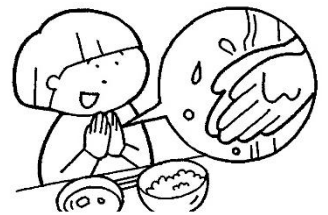
6月給食だより

今月は食育月間、4日から10日は「歯と口の健康週間」、16日から27日は読書旬間です。郷土料理や世界の料理、よくかんで食べるメニュー、絵本とのコラボメニューを取り入れています。食べることは生きる上で欠かせません。子供たちにとっては心や体の成長に大きな影響を与えます。この機会にぜひ日頃の食生活や歯の健康について見直してみましょう。

いただきます！の前に

きちんと手を
あらおう

細菌やウイルスは、せき、くしゃみなどによって移動します。また、細菌などがついた手で食べ物を触ると、食べ物を通して、細菌などが体の中に入ってしまう。細菌などを体の中に入れないためにも、食事前に石けんで必ず手を洗う習慣が大切です。手洗いの後は、清潔なタオルやハンカチでふきましょう。きれいになった手で髪の毛や服を触ってしまうと、手洗いの効果がありません。



石けんでの手洗い、清潔なタオルとハンカチで、かぜや食中毒を予防しましょう。

1年生がグリンピースのさやむきをしました

5月20日に1年生がグリンピースのさやむきをしました。むいてくれたグリンピースは、その日の給食の「ピースそばごはん」に使いました。もともとグリンピースが好きだという子が多い1年生ですが、自分でむいたグリンピースはよりおいしく感じたようです。旬のグリンピースは香りもよく、甘さも増します。

今月は2年生でとうもろこしの皮むき体験を予定しています。これからも体験型の食育を取り入れていきます。



<今月の給食だより>

・6日～10日 歯と口の健康週間に合わせたメニュー
かみごたえのあるメニュー（**太字**）を出します。

・11日 入梅

梅雨に入る日とされ、梅の実が熟す頃です。この時期にとれるいわしは「入梅いわし」と呼ばれ、脂がのっています。

・23日 沖縄県の郷土料理

沖縄慰霊の日に合わせて、沖縄県の郷土料理を出します。

・27日 とうもろこし

旬のとうもろこしを2年生が皮むきする予定です。

・30日 夏越の祓

残り半年の無病息災を願う行事です。五穀ごはんにかきあげをのせた「夏越ごはん」を食べる風習があります。

・絵本コラボメニュー

16日□「11ぴきのねことあほうどり」

24日□「やきそばばんばん」

27日□「げんききゅうしょくいただきます！」

他にも郷土料理や世界の料理が登場します。
お楽しみに！