

6月 給食だより

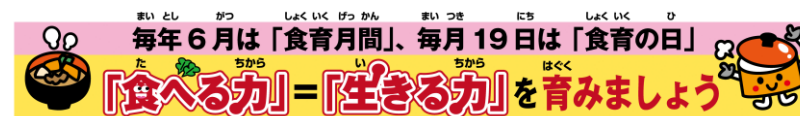
令和 7 年 5 月
編集発行
守口市教育委員会
守口市学校給食協会

安全に^{おいしく}給食を食べるために

毎日の食事の中で、「かんで飲み込む」という動作は、無意識に行うことが多いかもしれませんが、食べ物の形状によっては、よくかまずに飲み込んでしまうと窒息する危険性があります。給食を安全に^{おいしく}食べるために、以下のことに気をつけましょう。



★歯の生えかわりでよくかめない人は、箸やスプーンで小さくする、パンは一口大にちぎる、口に詰め込み過ぎないなど、特に気をつけて食べましょう。



「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、豊かな人間性を育んでいく基礎となる「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

いちおし野菜

◎今月の「いちおし野菜」は、ゴーヤです。
◎夏が旬のゴーヤには、ビタミンCが豊富に含まれています。
また、ゴーヤのビタミンCは加熱しても失われにくいという特徴があります。
◎沖縄や九州南部をはじめ関東地方まで広く栽培されています。
◎6月23日は、沖縄県の条例で戦没者の霊を慰め平和を祈る日として「沖縄慰霊の日」と定められています。この日の給食では、沖縄の炊き込みごはんであるクファージュシーと、ゴーヤを使ったちな一かきあげを提供します。