

給食だより

令和2年6月10日
流山市立北部中学校

学校が始まり、15日から給食も再開されます。初めは分散登校ということで、一日おきの給食になります。2・3年生にとっては久しぶりの給食、1年生にとっては中学校の初めての給食、楽しみにしててください。

みなさんは休校中の間、どう過ごしていましたか？いつもとは違う環境で、大変な生活だったと思います。当たり前な生活できることの幸せを、考えさせられる生活でもありました。その中でも、食事を作ること・食べることの重要性、大変さ、そして楽しさは、みなさんも感じたのではないかと思います。

初日はカレーライスです。不足しがちな野菜をたくさん入れました。楽しみにしててください。

まだまだ油断しないで！

食事をする時の衛生に気をつけよう

食事をする時の衛生は、とにかく手洗いをしっかりやることです。

日常生活では、気づかぬうちにいろいろなものを触っています。そして、食事の時にその菌が体に入ってしまうことが多いです。石けんできちんと洗うことで、ほとんどのウイルス・細菌が洗い流されます。手の甲や指先、爪、手首などの洗い残しやすい部分を、忘れずにしっかり洗いましょう。そして、清潔なハンカチで拭きましょ。う。人の貸し借りは衛生的によくありません。



6月は温度や湿度も高くなり、食中毒に気をつけなければならない季節です。少し室温に置くだけで料理が傷んでしまうこともあります。これは、食品中で菌が増えてしまうことで起こります。火をしっかりと通したり、すぐ食べない時は冷蔵庫に入れたりと、日頃から気をつけるようにしましょう。



〈 6月は食育月間です 〉

平成17年に「食育基本法」が制定・施行され、「食育推進基本計画」により、毎年6月は食育月間、19日は食育の日と定められました。


食育とは、様々な経験を通じて「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出来る人間を育てることです。学校給食でも、そのような食育を目指して、以下のような目標を持って作っています。

献立の中でも、行事食や郷土料理を積極的に取り入れ、季節の食材を使い、食育を実践できるようなものにしていきたいと思います。



食について話し合ってみましょう

学校給食の7つの目標

<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> 	<p>②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。</p> 	<p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。</p> 	<p>④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。</p>
<p>⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。</p> 	<p>⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。</p> 	<p>⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。</p> 