

6月給食だより

上尾市立上平小学校 令和7年5月30日発行

「食育基本法」制定から20年

食は生きる上での基本です

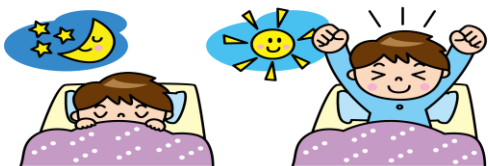
世界有数の長寿国である日本ですが、栄養の偏りや不規則な食事による生活習慣病の増加をはじめ、食の安全上の問題、海外への食の依存など、さまざまな問題を抱えています。そこで、「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育む」ことなどを目的に、平成17(2005)年6月に「食育基本法」が制定され、国を挙げて「食育」に取り組むことになりました。食育基本法の制定から今年で20年となりますが、食をめぐる新たな問題も生じており、より一層「食育」を推進していく必要があります。



毎年6月は食育月間・
毎月19日は食育の日

家庭では、こんなことに取り組んでみませんか？

◆早寝・早起き・朝ごはん、規則正しい生活リズムを身につけましょう



◆家族みんなで食卓を囲み、食事を楽しみましょう



埼玉県では食育月間に合わせて「彩の国ふるさと学校給食月間」として、地元産の食材を取り入れた給食提供などを行うことで、地元産食材や郷土食への理解を深める活動を推進しています。埼玉県産の食材は、裏面の献立予定表に太字で示されています。

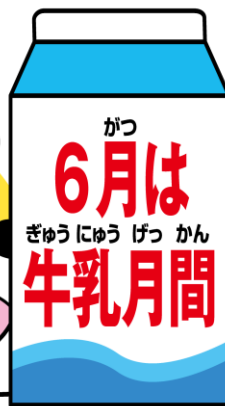
上平小の活動

上尾市にある平野農園さんが作ったお米を、月1回ほど給食で使っています。今月は24日のチュモッパで使用する予定です。チュモッパは韓国の家庭料理です。ごはんには漬物や刻んだ野菜、のりなどが混ぜ込んであります。

牛乳飲んでいますか？

6月1日は、国連食糧農業機関（FAO）が定める「世界牛乳の日（World Milk Day）」です。これに合わせ、日本では一般社団法人Jミルクが、この日を「牛乳の日」、6月を「牛乳月間」と定めています。牛乳は、昔も今も学校給食になくはならない食品です。牛乳への理解を深め、酪農や乳業へ関心を向ける機会になればと思います。

6月1日は
牛乳の日



牛乳の味が日によって違うのはなぜ？

牛乳は、生き物である牛が生み出す農産物であるため、飼育環境や季節、えさの違いなどによって、風味が変わります。また、牛乳の温度、組み合わせる食べ物、飲む人の体調などによっても、感じ方が変わります。



牛乳からできる食品は何かあるの？

牛から搾った「生乳」からは、牛乳のほか、以下のような乳製品が作られています。

