

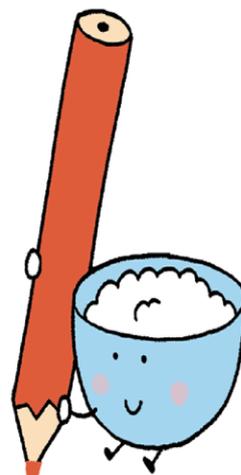
給食だより 6月号

令和7年 6月
上尾市立大石小学校

6月は食育月間です

農林水産省は毎年6月を「食育月間」、毎月19日を「食育の日」と定めています。食育は生きる上での基本です。子供たちが様々な経験を通して食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付け、生涯にわたって健やかに生きるための能力を養う事を目的としています。

学校給食も、生きた教材となるよう献立作成の工夫をしています。また、食育の授業や給食指導などを行ってまいりますので、ご家庭でも話題にしてみてください。



買い物や料理など、
一緒に食事の支度をする



家族や仲間と楽しく
食卓を囲む



地域の郷土料理や
行事食を味わう



お子さんの歯の健康について

6/4～6/10は「歯と口の健康週間」です。お子さんが生涯を通して自分の歯で食べ、健やかな生活を送れるように、ご家庭でも歯の健康について意識していただきたいと思います。

健康な体づくりは **よくかむ** ことから!



お子さんは、食事をゆっくりよくかんで、
味わって食べていますか？

よくかむことは、食べ物本来の味が分かって
おいしく感じられるだけでなく、むし歯等の
予防につながります。

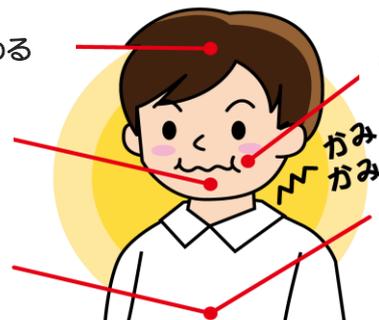
日頃の食事に根菜類やきのこ類、海藻類等
のかみごたえのある食材を取り入れたり、食
材を大きく切ったりするのがおすすめです。

「よくかむ」ことで得られる効果

脳の働きを高める

あごの発達を
助ける

栄養素の吸収
がよくなる



むし歯を予防する

食べ過ぎを防ぐ



食中毒が発生しやすい季節です

給食室では、献立作成時から提供まで衛生面に配慮し、身支度や手洗いの励行、温度管理など、細心の注意を払っています。

ご家庭でも、教室で衛生的に給食を配膳することの重要性について話題にいただき、再度手洗いや衛生的な給食着の着用についてご確認をお願いいたします。

<給食室での取り組み（例）>



爪ブラシの使用



作業ごとに色分け



温度確認



相互確認



授業を行いました

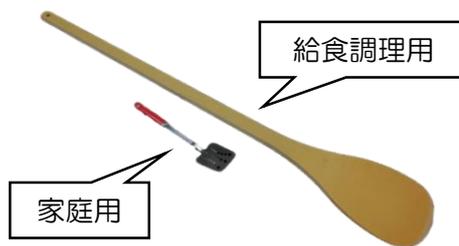
テーマ:大石小学校の給食を知ろう

1年生

1年生は、毎日食べている給食がどのようにして作られているのかについて、動画や写真を見ながら学びました。

給食室で、普段目にする事のない大きな機械を使って作業をする様子を見たり、調理器具を実際に手に持ってみて、自分の背と比べたり、重さを感じたりしていました。

児童からは、これからも残さず食べたい、調理員さんを手伝いたい等、様々な反応がありました。



3年生

3年生は、毎日当たり前で食べている給食が、たくさんの人々の協力によってできている事を学びました。お世話になっている榎本農園さんと、給食室の様子について紹介し、榎本農園さんからのメッセージ動画では、地元で大切に作られた野菜に目を向けて、おいしく食べてもらいたいと言葉をいただきました。

プリントに書かれた感想

関わってくれた人に感謝して食べたい

作ってくれた人のことを考えて、好き嫌いしないで食べたい

調理員さんがかっこいいと思った 等



これからも、自分達からは見えない所でたくさんの方が給食に携わっていることを考えながら、給食を大切に食べて欲しいと思います。