

# きゅうしょくだより がつごう 6月号

いよいよ梅雨の季節です。これから夏にかけて気温も湿度も高くなり、蒸し暑く過ごしにくい日が増えてきます。とくにこの時期からは食中毒の発生が多くなります。衛生には十分注意しましょう。しっかり食事、しっかり運動、そしてしっかり睡眠を心がけ、元気に過ごしましょう。



## こんげつしようよてい じもとしょくざい 今月使用予定の地元食材

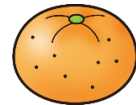
こめ たま 米・たまねぎ・にんじん・きゅうり・こまつな 小松菜・にんにく・じゃがいも・なす

さやいんげん・モッコロいんげん・トマト・ズッキーニ・ピーマン

◎夏が近くなり、なすやピーマンなどの夏野菜が登場するようになります。季節の移り変わりを食材から感じてください。

## こんげつ きゅうしょく 今月のフルーツ給食

6月21日(水)  
れいとう 冷凍みかん



さくねん 今年の冬に、紀の川市で収穫されたみかんから、冷凍みかんが作られています。

# 6月は「食育月間」です!

ま  
い  
つ  
き

## がつごう しょくいく してん 学校の食育の6つの視点

### しょくじ じゅうようせい し 食事の重要性を知る



生きるうえで欠かせない食の大切さを  
知る。自ら調理し食事の準備を  
することができる。

### しんしん げんこう ばくく 心身の健康を育む



栄養バランスのとれた食事や食べ方  
を学び、よりよい食習慣を形成しよう  
と努力できる。

### しょくひん せんたく ちから 食品を選択する力をつける



食べ物に関心を持ち、品質や衛生、  
栄養面など総合的に判断し、適切に  
選択できる。

### かんしゃ こころ 感謝の心でいただく



食生活が自然の恩恵のうえに成り立ち、  
多くの人の方力に支えられていることを  
知り、感謝して食べることができる。

### しゃかいせい やしな 社会性を養う



協力して準備をしたり、マナーをよく  
考えることは相手を思いやり、楽しい  
食事につながることを理解する。

### しょくぶんか みらい つた 食文化を未来に伝える



季節や行事にちなんだ食事があること  
を知る。地域の歴史や風土に深いか  
わりがあることを理解し、尊重できる。