

食育だより

6月は食育月間

令和6年6月
岐阜市立青山中学校

6月は「食育月間」です。食育基本法において、「食育とは『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」としています。食べることは、生きるために欠かすことのできないものであり、健康で心豊かな生活を送るためにとても大切なことです。中学生の食生活は、その後の心身の成長に大きな影響を与えます。この機会に、日ごろの食事のとり方や早寝早起きなどの生活習慣について見直してみましょう。そして、食べる楽しさを知ることで、健康的な食生活を送ることができるようになると良いですね。



給食室検査

5月7日に給食室検査を学校薬剤師の遠藤先生に行っていただきました。学校給食施設検査、学校給食設備検査、学校給食用食品の検収・保管等の検査、調理過程の定期検査、食器を試薬で染めて、でんぷん残留や脂肪残留の学校給食食器検査をしました。学校薬剤師の先生からご指導いただいたことを、今後の安全安心な給食づくりに活かしていきたいと思えます。この検査は年3回行っています。



6月の献立紹介

6月4日を含む週（4日～10日）は、「歯と口の健康週間」です。そのため、1ヵ月をとおして噛むことが意識できる献立になっております。まるごと食べられる魚介類やきんぴらや煮物などの野菜料理で、歯によい食べ物や噛むことの大切さを学べると良いかと思えます。

6月4日（火）歯と口の健康週間

ご飯 牛乳 アジの南蛮漬け ジャがいものきんぴら たまねぎの味噌汁 かみかみ大豆

6月14日（金）味の旅 ～滋賀県～

ご飯 牛乳 アユの甘露煮 赤こんにゃくのきんぴら うち豆汁 ゼリー（ブルーベリー）

6月19日（水）ふるさと食材の日

ご飯 牛乳 大豆入りツナごはん 小松菜のそぼろ炒め 田舎汁

使われているふるさと食材（米 牛乳 大豆 にんじん 豚肉 太もやし こまつな 豆腐 赤味噌）

6月28日（金）ふるさと食材の日

ご飯 牛乳 豚肉の味噌炒め おかかあえ かきたま汁 冷凍南濃みかん

使われているふるさと食材（米 牛乳 豚肉 にんじん 赤味噌 こまつな 太もやし 豆腐 冷凍南濃みかん）

「食」に関わる実態調査

食生活の変化に伴い、学校教育において生徒が食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付け、生涯を通じて健康な生活を送るために、実態調査を行います。6月に各学年1学級抽出で行います。対象のクラスは、ご協力よろしくお願ひいたします。

（献立について）

- ◇米飯、パン、ソフト麺、牛乳は岐阜県内で製造しています。
- ◇給食の赤味噌は、すべて岐阜県産大豆から作られた岐福（ぎふ）味噌を使用しています。
- ◇『ふるさと食材の日』は、すべての献立に岐阜県産の食材を使用しています。
- ◇主な食材の産地は、学校給食課のホームページに掲載しています。
- ◇給食用食材の放射性物質検査を行っています。検査結果は、食品衛生課のホームページに掲載しています。
- ◇麦飯は、【米10：麦1】の比率です。
- ◇学校給食は、『学校給食地産地消推進事業』により、県・市町村・JAグループの一部助成を受けています。
- ◇毎月19日は、「食育の日」です。

