



給食だより



仙台市立坪沼小学校
平成26年6月2日
No.1

6月は 食育月間です！！

毎月19日は「食育の日」、そして毎年6月は「食育月間」となっています。子どもの健康づくりに毎日の食事は大きな役割を果たしています。栄養価だけではなく、豊かな心や社会性を育て、自分で判断し生活できる大人になるためにも、食育が果たす役割には大きなものがあります。

『食育』の意味って知っていますか？

食育とは、子どもたちが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、健全で豊かな食生活を送れる人に育てようとするものです。

今までの教育現場では、「知育・徳育・体育」の3つの教育が行われてきましたが「食の崩壊」といわれる今日では、それに加え「食育」の必要性が高まっています。

★学校の食育の6つの目標★

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。

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。

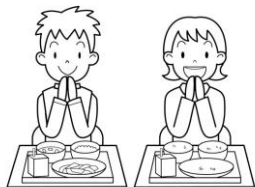
食品を選択する力をつける



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、適切に選択することができる。

感謝の心でいただく

いただきます！ごちそうさま！



心を込めてあいさつをしましょう

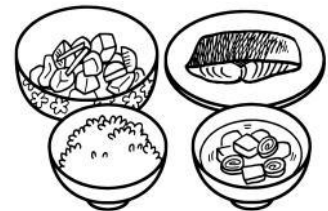
食生活が自然の恩恵の上に成り立ち、多くの人の力に支えられていることを知り、感謝して食べることができる。

社会性を養う



協力して準備をしたり、マナーをよく考えたりす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。

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関わりがあることを理解し、尊重できる。



の給食目標

えいせい ちゅうい しょくじ 衛生に注意して食事をしよう

6月に入り、気温もだんだん高くなってきました。梅雨も、もうすぐそこです。

食中毒の発生が増えてくるこの時期。暑さとジメジメは、食中毒菌が大好きな環境です。ポイントをしっかりおさえて、食中毒を防ぎましょう。

つけない・増やさない・やっつける ～食中毒を予防しよう～

食中毒
予防の

キ
ホ
ン



- ① 手洗いは食中毒予防の基本です。食事を食べる前や料理をする前にはしっかり手を洗いましょう。
- ② 菌を増やさないために新鮮なものを購入して、食品が傷まないように、すぐに冷蔵庫に入れましょう。
- ③ 細菌やウイルスは高い温度に弱いので、肉などを加熱調理する食品は十分火を通すようにしましょう。

きれいに手を洗おう!!



石けんをよく泡立てて、手のひらや手の甲をしっかり洗います。忘れがちな指と指の間、つめ、手首もよく洗って、水で洗い流します！

給食室での
衛生管理

調理室では、どんな食材でも、十分火を通しています。

- 黄色ブドウ球菌/60℃以上で 30～60 分間の加熱
- O157/75℃以上で 1 分間の加熱
- ノロウイルス/65℃以上で 1 分間の加熱
- カンピロバクター/60℃以上で 1 分間の加熱

仙台での食材の
加熱は 80℃以上
1分間以上加熱し
ています。

おしらせ

- ・6月4日(水)～10日(火)は『歯と口の健康週間』です。給食のメニューはよく噛んで食べる献立です。いつもより噛むことを意識しながら給食を食べましょう。
- ・6月23日(月)はお誕生日給食です。

