

食育だより

特別号

愛川町立小中学校
令和5年6月

6月は食育月間

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」と定められています。愛川町立小中学校では、6月12日から23日までを食育週間とし、テーマを決めて工夫した献立をたてています。食育は生きる上での基本です。生涯にわたって健康に過ごすために、「食」について学んでいきましょう。

6月の食育週間紹介

6月12日(月)「カルシウムについて」

成長期に必要なカルシウムをしっかりとりましょう。

6月13日(火)「食育月間について」

健康な食生活を送るために、正しい食を選択する力をつけましょう。

6月14日(水)「よくかんで食べよう」

かみごたえのある、かみかみ鶏ごぼうごはん、さつまいもスティックが登場します。

6月15日(木)「神奈川県のおいしい食を知ろう」

神奈川県のご当地料理、サンマーメン、しゅうまいが登場します。

6月16日(金)「海藻を食べよう」

カルシウムなどのミネラルをたくさん含む海藻類をしっかり食べましょう。

6月19日(月)「食育の日」

わかめや昆布、まぐろが給食に登場、スイミーの世界を紹介します。

6月20日(火)「食から季節を感じよう」

「入梅」にちなみ、梅が入った、和風梅チキンが登場します。

6月21日(水)「愛川パクパクデー」

愛川町産のお米、卵、人参、じゃが芋、ズッキーニ、豚肉を使用します。

6月22日(木)「給食の歴史を知ろう」

昭和30年代の給食をイメージし、鯨のかりんとう揚げ、コッパンが登場します。

6月23日(金)「夏バテを予防する食事を知ろう」

夏を元気に過ごすために、暑さに負けない食事をしっかりとりましょう。

毎月19日は
食育の日



今年度の食育の日のテーマは、『「**国語の教科書**」を給食で味わおう』です。物語等へのイメージを膨らませることや、今後の学びを深めることを目的に、国語の教科書に出てくる料理や食材が給食に登場します。

◎食育の日(予定)◎

月	国語の教科書で学ぶ内容	学ぶ学年	給食に登場する食材・料理
4月	すがたをかえる大豆	小学3年生	大豆製品
5月	カレーライス	小学5年生	カレーライス
6月	スイミー	小学2年生	まぐろ
7月	ぼんみやげ	中学2年生	海老フライ
9月	やまなし	小学6年生	梨
10月	ごんぎつね	小学4年生	栗
11月	温かいスープ	中学3年生	スープ
12月	ダイコンは大きな根?	中学1年生	大根・たまねぎ
1月	おおきなかぶ	小学1年生	かぶ
2月	白いぼうし	小学4年生	夏みかん
3月	おむすびころりん	小学1年生	おむすび



