



特別号

愛川町立小中学校
令和6年6月

6月は食育月間

6月の食育週間紹介



6月10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11日（火）「入梅について」

「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12日（水）「豆を食べよう」

金時豆を使用した煮豆が登場します。豆には食物繊維や鉄分などが豊富です。

6月13日（木）「和食献立の良さを知ろう」

一汁三菜を基本とした和食献立は、栄養バランスが良いです。

6月14日（金）「愛川パクパクデー」

愛川町産の豚肉、にんにくを使用します。



6月17日（月）「乾物の良さを知ろう」

高野豆腐の登場です。干すことにより、栄養価やうまみが増します。

6月18日（火）「郷土料理（東京都）」

東京都の郷土料理、深川めし、ちゃんこ汁が登場します。

6月19日（水）「世界の料理（ペルー）」

ペルーの料理が登場します。ペルーで食べられている味を楽しみましょう。

6月20日（木）「食育の日」

中津第二小のリクエスト献立が登場します。揚げパンが選ばれました。

6月21日（金）「旬の食材を知ろう」

新じゃがいも、アスパラガス、梅が登場します。旬の食材は栄養価が高くおいしいです。



今年度の食育の日のテーマは、「我が校のリクエスト献立を考えよう」です。献立を考えることで「食」について関心を持ち、健康で豊かな生活を送るためにはどのような食が大切かを考えることがねらいです。

○食育の日(予定)○

各校、どのような献立をリクエストするか、楽しみにしててください。

月	小・中学校名	月	小・中学校名
5月	たかみねしょうがっこう 高峰小学校	11月	はんばらしょうがっこう 半原小学校
6月	なかつだいにしょうがっこう 中津第二小学校	12月	あいかわしがしちゅうがっこう 愛川東中学校
7月	すがわらしょうがっこう 菅原小学校	1月	あいかわなかはらちゅうがっこう 愛川中原中学校
9月	たしろしょうがっこう 田代小学校	2月	あいかわちゅうがっこう 愛川中学校
10月	なかつしょうがっこう 中津小学校	☆中学校はリクエストの結果により日程が変更になることがあります☆	



愛川町役場では、6月2日（日）～14日（金）までの期間、食育展が開催されます。今年は『「和食」を未来に』をテーマに食育の展示があります。レシピーの配布や、小中学校・保育園・健康推進課実施事業の食事が日替わりで展示されます。ぜひご覧ください。



＜開催場所、日時＞

6月2日（日）：健康プラザ3階 午前10時から正午まで（健康フェスタあいかわ）参加型コーナーもあるよ！
6月3日（月）～14日（金）：役場本庁舎1階ロビー 午前8時半から午後5時まで