

6月 給食だより



令和7年6月 塩沢学校給食センター

梅雨の季節が近付いてきました。ムシムシ、ジメジメとしたこの季節は食中毒の発生も多くなります。みなさんも食事の前には手洗いをしっかり行い、衛生管理には十分気を付けましょう。

また、今月は「食育月間」です。食育は生きる上での基本で、知育・徳育・体育の基礎となるものです。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。

(ご家庭でお子さんと一緒にお読みください)

食は生きる上での基本です

世界有数の長寿国である日本ですが、栄養の偏りや不規則な食事による生活習慣病の増加をはじめ、食の安全上の問題、海外への食の依存など、様々な問題を抱えています。そこで、「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育む」ことなどを目的に、平成17(2005)年6月に「食育基本法」が制定され、国を挙げて「食育」に取り組むことになりました。食育基本法の制定から今年で20年となりますが、食をめぐる新たな問題も生じており、より一層「食育」を推進していく必要があります。

毎年6月は国が定める「食育月間」です。この機会に、ご家庭でも食習慣・食生活について考えてみてはいかがでしょうか？



家庭で取り組みたい「食育」

早寝・早起き・朝ごはん、
規則正しい生活リズムを身につけましょう。



家族みんなで食卓を囲み、
食事を楽しみましょう。



食中毒が起こりやすい
季節です

家庭でできる 食中毒予防の三原則

食中毒の予防の原則は、食中毒の原因菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」です。石けんを使った手洗いを徹底し、食品購入後は早く冷蔵庫に入れて、冷蔵庫を過信せずに早めに食べること、肉、魚などは、しっかりと加熱し、特に肉は中心までよく加熱することが大切です。

