



# 6月 給食だより

令和6年度  
所沢市立明峰小学校

## 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。栄養面だけでなく、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。

### 学校の食育の6つの視点

#### 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



栄養の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、栄養面などを総合的に判断し、適切に判断できる。

#### 感謝の心でいただく



食生活が自然の恩恵のうえに成り立ち、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



協力して準備をすることやマナーをよく考えることは、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かわりがあることを理解し、尊重できる。



### 所沢や埼玉県農産物を使います



6月は、「食育月間」です。

そこで、給食に所沢や埼玉県の農作物を給食にたくさんとりいれました。

- 17日(月) **しゃくしな**チャーハン
- 18日(火) **狭山茶**マーブル食パン
- 19日(水) **ほうじ茶**プリン
- 20日(木) まるかじり**コーン ゼリーフライ**

#### 郷土料理 **ゼリーフライ**

行田市の郷土料理で、おやつとして親しまれてきました。名前の由来は、フライが昔の**ぜに**のような形をしていることから、「**ぜに**フライ」と呼ばれていたのが変化し、「ゼリーフライ」と呼ばれるようになったと言われています。じゃがいもとおからと野菜を混ぜ合わせて揚げたものにソースをからめた料理です。

農業の「**農**」という字は、漢文などの訓読では「農(たがや)す」と読まれることがあります。この字は、作物を植えるために農地を掘り返すことを意味します。