

給食だより

令和7年度
6月号

家庭数

令和7年5月30日
西東京市立栄小学校
栄養士 新井 美有

毎年6月は食育月間・毎月19日は食育の日です！

「食育基本法」制定から20年

食は生きる上での基本です

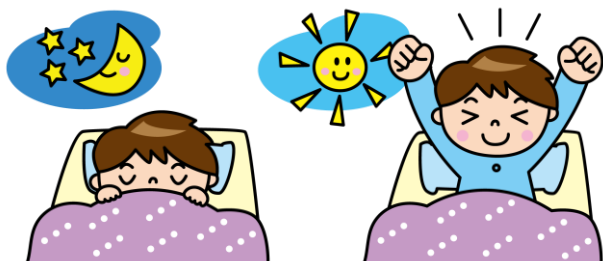


世界有数の長寿国である日本ですが、栄養の偏りや不規則な食事による生活習慣病の増加をはじめ、食の安全上の問題、海外への食の依存など、さまざまな問題を抱えています。そこで、「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育む」ことなどを目的に、平成17（2005）年6月に「食育基本法」が制定され、国を挙げて「食育」に取り組むことになりました。食育基本法の制定から今年で20年となりますが、食をめぐる新たな問題も生じており、より一層「食育」を推進していく必要があります。

家庭では、こんなことに取り組んでみませんか？

◆早寝・早起・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



☆今月の献立から☆

4日（水曜日）★1年生そらまめのさやとり

1年生にそらまめのさやとり体験授業をします。そらまめの構造を学び「さや」をもいでもらいます。

11日（水曜日）★入梅献立

「あじさいゼリー」は、ぶどうゼリーを細かくカットしてあじさいに見立てました。

19日（木曜日）★沖縄県の郷土料理

「シシジューシー」は、豚肉と昆布、油揚げやにんじんが入った沖縄県の炊き込みごはんです。

23日（月曜日）★世界の料理「フランス共和国」

今月の世界の料理は「フランス」です。「カッスレー」は、肉と白いんげん豆、野菜を土鍋で煮込んだ南フランス地方の伝統的な料理です。

24日（火曜日）★友好都市・勝浦市メニュー

西東京市の友好都市である勝浦市のご当地メニューです。カツオを揚げてタレをかけていただきます。勝浦市は、カツオの水揚げ量が関東一です。