

* 6月 給食だより *

～ かぞくのひとと、いっしょによんでください ～



令和3年6月
古河市立古河第一小学校



みんなでがんばった「でじろっ子オリンピック」も終わり、もうすぐ梅雨入りです。天候が不順になると、体も不調になりがちです。「十分な睡眠」「適度な運動」「バランスのとれた食事」をとり、体の抵抗力を高めましょう。また、引き続き新型コロナウイルス感染拡大予防対策もしっかり行っていきましょう。



6月は食育月間です! 第4次食育推進基本計画が発表されました



このほど国の「第4次食育推進基本計画」が発表され、生涯を通して心身の健康を支える「食を営む力」の育成と、自然に健康になれる「食環境づくり」の推進が提唱されています。

食卓をみんなで囲んで心を豊かに!



豊かな心と体を育む食育に関心をもち、食を通じたコミュニケーションを大切にしましょう。

健康的な食生活を実践しよう!



毎日、朝ごはんをしっかり食べるなど、日頃から望ましい食生活を実践し、身につけましょう。

食を通じた環境の「環」を大切に!



食は自然の恵みであることを認識し、持続可能な食料生産と消費を考えましょう。

食を通し、人の「輪」を広げよう!



食はさまざまな人の活動に支えられていることを理解し、感謝して食べましょう。

伝統的な日本の食文化・「和」を伝えよう!



風土を生かし、先人が育んできた伝統的な地域の食文化を未来に受け継いでいきましょう。

自ら判断し、選ぶ力をつけよう!



安全性を自ら判断でき、さらに環境にも配慮した食品を選んでいける力をつけましょう。

古河市産の野菜を学校給食に!

【6月：なす】 17日(木)：マーポーなす
「長なす」という種類で、市内の主に総和地区、三和地区で作られています。

新鮮でおいしい「なす」をJA茨城むつみ農協



さんから無償提供していただきます。古河市内で作られている野菜について知り、「感謝していただきますよう。」

* 給食室から「こんにちわ」 *



学校給食は衛生管理に十分配慮し、調理をしています。

- ① (細菌を) つけない：作業が変わるごとに手洗い消毒をし、調理しています。まな板や包丁、エプロンや手袋は、作業ごとに使い分けをしています。
- ② (細菌を) ふやさない：料理を室温のまま長時間放置しません。温度管理を徹底し調理後2時間以内に食べられるよう、時間を考えて調理しています。
- ③ (細菌を) やっつける：原則としてすべての食品を加熱調理し、温度を確認、記録をしています。

* 食事の前は、特に手洗いをしてください *

