

食育だより

令和8年度 6月号

毎月19日は
食育の日

発行元 学校給食センター



HP



Instagram

@sanyo_onoda.kyushoku



6月は食育月間

「食育」は、生きるための基本であり、「知育」「徳育」「体育」の基礎となるものです。子どものうちに健全な食生活を身につけることは、生涯にわたって健康に過ごし、豊かな人間性を育てていくためにとても大切です。学校給食センターでは給食を通して、さまざまな観点から食育を進めています。

ご家庭でできる食育を紹介します。

・家族で楽しく食事を
しましょ



・正しい配膳やマナーを
身につけましょ



・食材や調理方法の知識を
身につけましょ



・ゆっくりよく噛んで
食べましょ



・毎日朝ごはんを
食べましょ



給食センターへ見学に来られました

5月26日(火)に高泊小の2年生が給食センターの見学に来られました。

児童は、調理風景の見学や実際の器具を持つ体験をしました。また、調理室の様子を生中継で紹介しました。見学窓からでは見えない釜の中の様子がスクリーンから映し出されると、児童たちは興味津々で見て、質問をしていました。



これからも
たくさん
たべてね!



プラットホームの見学の様子



荷受室での説明の様子



配送トラックの見学の様子



調理場の見学の様子



調理場を中継している様子



ひしゃくなどの器具の体験

親子食育料理教室を開催します!

テーマ「親子で楽しく!かんたん弁当クッキング」

市内小・中学校の児童生徒とその保護者を対象に、食育料理教室を開催します。夏休み中に2回開催予定で、料理の内容は2回とも同じです。ぜひご参加ください!

【日時】①7月25日(土)、②8月1日(土) ※参加はいずれか1回
9:00~13:30(受付8:45~)

【テーマ・内容】お弁当についての講話、調理実習

【参加費】1人500円(食材料費)

【定員】各回20人程度

※応募者多数の時は抽選とし、参加の可否は応募者全員に後日郵送で通知いたします。開催3日前までに届かない場合はご連絡ください。

【持参物】エプロン、帽子(三角巾)、マスク、筆記用具、上履き(子どものみ)
普段使用しているお弁当箱、レジャーシート

【申込方法】右記の二次元コードを読み取り、フォームに必要事項を入力し、送信してください。

※入力フォーム以外での申込方法では受付しておりませんので、ご了承ください。

2回分の二次元コードがありますので、参加したい日にちの二次元コードからお申込みください。

【申込期限】①は、7月5日(日)②は、7月12日(日)までにお申し込みください。



【申し込み二次元コード】

① 7月25日分

② 8月1日分



! 食中毒にご注意を

ジメジメと湿度と気温の高い時期は、家庭でも食中毒が起こる危険性があります。食中毒は、細菌やウイルスなどに汚染された食品を食べることで感染し、おう吐、腹痛、下痢、発熱などを引き起こします。食中毒が起こらないように普段の生活を見直してみましょう。

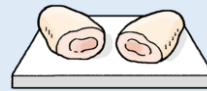


〈食中毒が発生する主な原因〉

傷がある手で調理したもの



加熱が不十分な肉



室温で長時間放置した料理



ウイルスに汚染された二枚貝



これからの季節!お弁当の食中毒を防ぐ3つのポイント

1. つけない

調理の前、詰める前はしっかり手を洗う!箸で入れると安心!



2. 増やさない

おかずの汁気はしっかり切り、生野菜は水分が出やすいので注意!



3. やっつける

中心までしっかり火を通す。弁当は「冷めてから」ふたを閉める。

