

1月

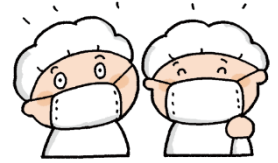
食育だより

家庭数配付

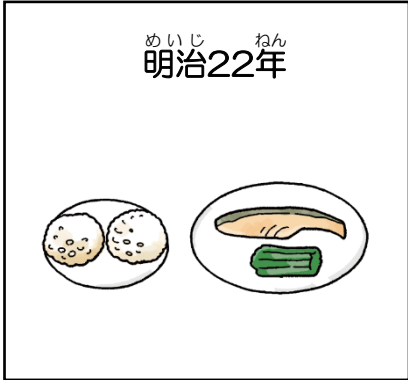
令和4年1月
葛塚小学校



1月24日から1月28日は、葛塚小学校の学校給食週間です。
いつも食べている給食に目を向けて、給食の役割について考えてみましょう。



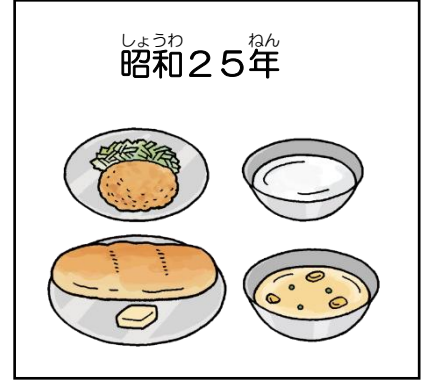
学校給食の献立の移りかわり



おにぎり・塩さけ・
菜の漬物



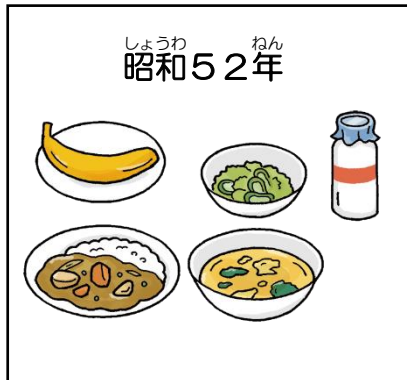
ミルク（脱脂粉乳）・
トマトシチュー



コッペパン・ミルク（脱脂粉乳）・ポタージュスープ・コロケ・せんキャベツ・マーガリン



ソフトめんのカレーあんかけ・牛乳・甘酢あえ・果物（桃缶）・チーズ



カレーライス・牛乳・塩もみ・果物（バナナ）・スープ

今の給食とくらべたり、ご家庭で給食の思い出を話したりしてみませんか？



※献立の内容は、独立行政法人日本スポーツ振興センターの献立レプリカを参考にしています。

給食週間中の特別献立

24日（月）	6年生の献立①
25日（火）	冬季オリンピック開催地の中国の献立
26日（水）	6年生の献立②
27日（木）	6年生の献立③
28日（金）	エスティーゼスからできるSDGs献立

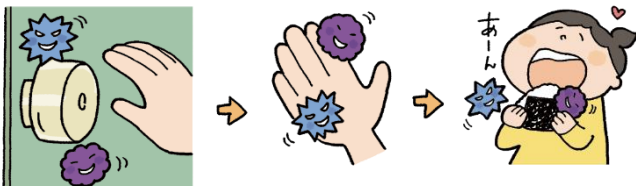
エスティーゼスは、12月の全校朝会で校長先生がお話していましたが、2015年9月に国連で開催されたサミットの中で、世界のリーダーによって決められた国際社会共通の目標です。
今、世界で起きているいろいろな問題を、全ての国が解決できるようにがんばりましょうと、17の項目が設けられています。
給食からできるSDGsの取り組みを、献立とお話を通じて紹介します。

鮭の粕汁に使用する酒粕は酒を製造する過程で、おからは豆腐を製造する過程でできる物です。酒粕やおからなどは、使用されなければ産業廃棄物になってしまいます。こういった物を、日本人は昔から活用し、資源を有効に利用してきました。

SDGsの17の目標の中で、「飢餓をゼロに（目標2）」「つくる責任，つかう責任（目標12）」「気候変動に具体的な対策を（目標13）」につながります。

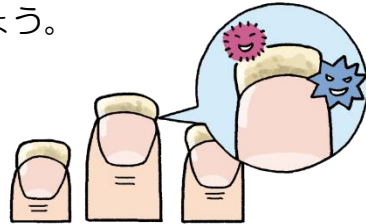
手が菌の運び屋に!?

手はいろいろなものに触るので、手を介して食べ物やほかの人に汚れや細菌、ウイルスなどが移動する危険があります。つまり手が菌の運び屋になってしまうのです。かぜや食中毒予防・新型コロナウイルス予防のために石けんを使ってしっかり手を洗うことが大切です。



つめを切ろう

つめと皮膚の間には、多くの細菌が存在しています。この細菌は、手洗いで落としにくいという実験結果もあります。清潔な手を保つためにも、つめは定期的に切りましょう。



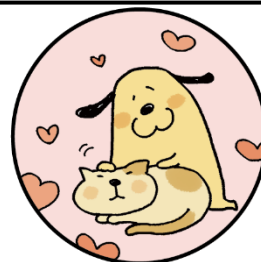
こんな時は手を洗いましょう



家に帰った時



トイレの後



動物に触った時



鼻をかんだ後



料理をする前



食事の前

手洗いの目標は、手から汚れを洗い落とし清潔にすることです。目に見える汚れのほかにも、目に見えない細菌やウイルスなどがついてることがあります。体内に細菌やウイルスを持ち込まないように、しっかり手を洗うことが重要です。