

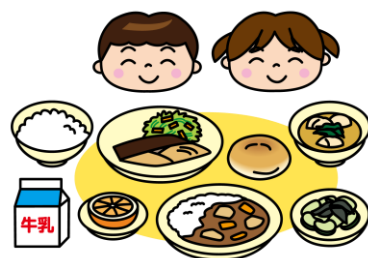


給食だより 6月



安全に楽しく給食を食べるために

食べることはごく当たり前のことで、「かんで飲み込む」という動作を意識しながら食べている人はあまりいないかもしれません。ですが、食べ物の形状によっては、よくかまずに飲み込んでしまうと窒息する危険性があります。給食を安全に楽しく食べるために、以下のことに気をつけましょう。



食べるときに注意が必要な食品

球形のもの・つるつるしたもの

ミニトマト ぶどう さくらんぼ うずらの卵 白玉団子

粘着性が高いもの・だ液を吸うもの

ねんちゃくせい たか はん ご飯 もち パン さつまいも

★歯の生えかわりでよくかめない人は、箸やスプーンで小さくする、パンは一口大にちぎる、口に詰め込み過ぎないなど、特に気をつけて食べましょう。



八代平野で育ったトマトということで、【はちべえトマト】と名づけられています。今月初登場するのは、このはちべえトマトのピューレとみかん果汁を少しだけブレンドしたひとくちサイズのゼリーです。



6月は食育月間です

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」と定められています。食育は、生きる上での基本で、知育、徳育、体育の基礎となるものです。生涯にわたって健康に過ごすために、「食」について学んでいきましょう。



食育で育てたい「食べる力」

1 心と身体の健康を維持できる

2 食事の重要性や楽しさを理解する

3 食べ物の選択や食事づくりができる

4 一緒に食べたい人がいる(社会性)

5 日本の食文化を理解し伝えることができる

6 食べ物やつくる人への感謝の心



一緒に食事の支度をする 家族や仲間と楽しく食卓を囲む 地域の郷土料理や行事食を味わう

ふるさとくまさんデーってなあに？

ふるさとくまさんデーとは、毎月19日の食育の日の前後に熊本県内でとれた旬の食材や郷土料理を給食で紹介する取組です。

ふるさとの郷土料理を知ってもらいたい！

宇城で作られている産物を知ってもらいたい！



くまもと・宇城でとれた産物を食べてもらいたい！

給食を通してふるさとをもっと好きになってもらいたい！

ふるさとくまさんデーは、給食を通して熊本県の郷土料理や産物に興味を持ってもらう目的があります。地元産食材の活用は、ふるさとくまさんデーだけではなく日頃から取り組んでいます。5月は宇城の新玉ねぎを使いました。今月は、アスパラガスのサラダと、八代市産のはちべえトマトをつかったトマトゼリーが登場します。おうちでもぜひ話題にしてみてくださいね！