



給食だより



6月

岩沼市立岩沼北中学校
令和5年5月30日
文責 栄養士 本田 薫

『食べることは生きること』平成17年に成立・施行された食育基本法では、食育を「生きる上での基本」としています。6月は「食育月間」、日々の「食べること」について、あらためて考えてみませんか？

5月の給食時間と食育活動



給食時間「箸の正しい持ち方」について、1年生と特別支援学級を対象に指導を行いました。



3年生の技術科の授業では「きゅうり」の栽培がスタートしました。おいしくできたら、給食に登場するかも♪

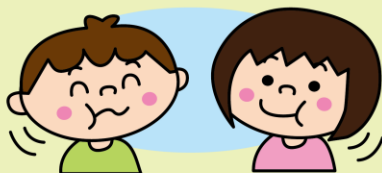


セレクトミルメークを行いました。各クラスの給食委員さんが大活躍！第2回は、どんなセレクトメニューがお楽しみに☆

ご家庭では、どれくらい実践できていますか？

☒ 食育チェック！

☐ ゆっくりよくかんで食べている。



☐ 朝ごはんを毎日食べている。



☐ 家族で食卓を囲んでいる。



☐ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をしている。



☐ 体重を量り、食事量や運動に気を付けている。



☐ 塩分のとり過ぎに気を付けている。



☐ 地域や家庭で受け継がれてきた食文化を知っている。



☐ 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている。



☐ 非常時に備え、水や食品を用意している。



☐ 食品ロス削減を意識している。



☐ 環境に配慮した食品を選んでいる。



☐ 農業や漁業などを体験する機会をつくっている。

