

# 食育だより



令和6年  
4月号

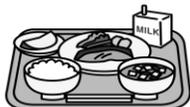
(毎月19日は食育の日)

越谷市立弥栄小学校

いよいよ新しい学年での生活がスタートしました。学校給食は、栄養バランスのとれた食事で子供たちの健やかな成長を支えるとともに、以下のようなさまざまなことを学ぶ教材となるものです。地域でとれる新鮮な食材を取り入れ、安全や衛生に配慮しながら、心を込めておいしい給食作りに努めてまいります。



## 学校給食について



### 学校給食とは



「学校給食法」に基づき、教育活動の一環として実施されるものです。成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけさせるための重要な教材としての役割も担っています。

### 学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より抜粋・要約

<p><b>4</b> 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。</p>	<p><b>5</b> 食生活が多くの人の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。</p>	<p><b>6</b> 伝統的な食文化を理解する。</p>	<p><b>7</b> 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。</p>
<p><b>1</b> 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。</p>	<p><b>2</b> 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。</p>	<p><b>3</b> 明るい社会性と協同の精神を養う。</p>	

### 献立表を参考にしてください

給食は栄養バランスを考えて作られています。主食、主菜、副菜がそろっているので、献立を考える時の参考にしてください。また、お子さんに、給食でできる好きな料理を聞いて、ぜひ、御家庭で作ってみてください。



5/5



端午の



節句

別名「菖蒲の節句」ともいい、菖蒲湯に入って厄をはらい、柏餅やちまきを食べて、男の子の健やかな成長と幸せを願います。

中国から伝わった厄よけの行事がもとなり、「菖蒲」が「尚武・勝負」に通じることから、江戸時代に男の子の節句となりました。

現在の「こどもの日」は男女を問わず、子供たちみんなの成長を祝う日です。



## 食べものの数えかた線で結ぼう! クイズ

下の絵にある食べものの数えかたとして、正しいものを線で結びましょう。

レベル1



いちご

1品



バナナ

1本



料理

1枚



魚の切り身

1粒

レベル2



ぶどう

1丁



魚

1房



とうふ

1尾



うどん

1玉

レベル3



キャベツ

1貫



カニ

1杯



ほうれん草

1玉



すし

1把

こたえ レベル1 いちご…1粒 バナナ…1本 料理…1品(1品) 魚の切り身…1枚  
レベル2 ぶどう…1房 魚…1尾 とうふ…1丁 うどん…1玉  
レベル3 キャベツ…1玉 カニ…1杯 ほうれん草…1把(1束) すし…1貫

