

6月 食育だより

松山市教育委員会
松山市学校栄養士協議会

「楽しく食べてうまいぞなもし」 第3次 松山市食育推進計画スローガン

6月は 食育月間です



6月は、家庭、学校、地域、職場など社会全体で、食育推進に取り組むために設けられた食育月間です。食育とは、生きるための基本であり、知育・徳育・体育の基礎となる健全な食生活を実践できる力を育てていくことです。

学校での食育

【食事の重要性】



食事の大切さ、喜び、楽しさを理解する。

【心身の健康】



望ましい栄養や食事のとり方を身に付ける。

【食品を選択する能力】



正しい知識や情報に基づき、品質や安全性を判断できる力を身に付ける。

【感謝の心】



食べ物を大事にし、感謝の心をもつ。

【社会性】



協力し、他人をおもいやり、豊かな人間関係をつくる力を身に付ける。

【食文化】



地域の産物や食の文化・歴史を理解し、尊重する心をもつ。

家庭での食育

家族と食べることで、食事のあいさつ、はしの持ち方など、正しいマナーを知ることができます。



一緒に買い物をする中で、食べ物の旬や選び方を知る機会になります。



朝ごはんを食べる習慣をつけることで、毎日の生活リズムが整います。



子どもの頃から、様々な味の体験をすることで味覚の幅が広がります。



食中毒予防のための衛生管理

学校給食の衛生管理

学校給食は、「学校給食衛生管理基準」(文部科学省)に沿い、児童生徒に安全な食事を提供するために、衛生管理の徹底を図っています。毎日「学校給食日常点検票」を使って確認しています。



食材を受け取る際に
品質・品温などを確認

中心部まで十分加熱
されているか確認



日常点検票では、こんなことを確認しています

- 水道水の異常の有無
- 材料の品質・温度
- 調理員の健康状態
- 手洗いの徹底
- 調理時の温度管理
- 材料と調理済み食品の保存
- 子どもたちが食べる30分前に検食
- 給食当番の健康・服装・手洗い など

家庭でも食中毒予防に取り組みましょう

菌をつけない

- 調理前後の手洗い
- まな板・包丁は清潔に

増やさない

- 食材は購入後すぐ冷蔵庫へ
- できあがりは早めに食べよう

やっつける

- 加熱はしっかりと
- ふきんやまな板などの消毒



今月のこんだて紹介

【材料】(小学校中学年4人分量)	
若鶏もも肉	160g
梅干し	15g
酒	小さじ1
小麦粉	大さじ1
でん粉	大さじ1
揚げ油	適量

若鶏の梅揚げ

【作り方】

- ① 若鶏もも肉は一口大に切り、梅干しは種をとり細かく刻む。
- ② ①に酒を混ぜ合わせる。
- ③ 小麦粉とでん粉を混ぜたものを②につけて、油で揚げる。

