

# 6月給食だより

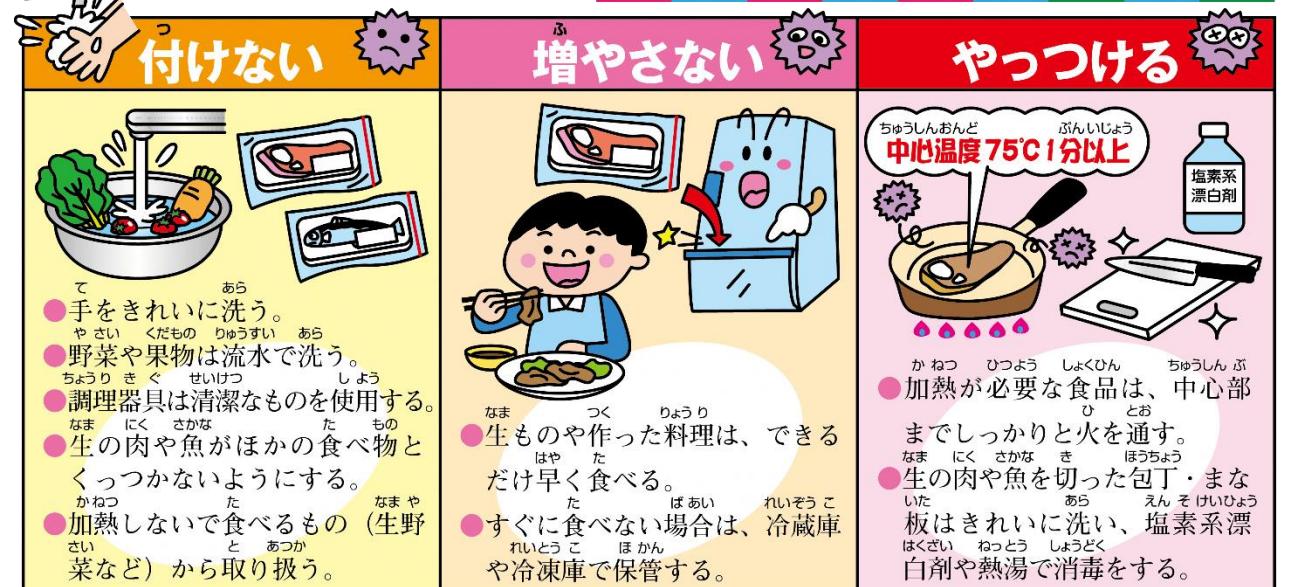
令和3年度6月号  
清瀬市立清瀬第二中学校

# しょく ちゅう どく はつ せい き せつ

## 食中毒 の発生しやすい季節です！

しょくちゅうとうく  
さいきん  
ゆうどく ぶしつ た もの  
食べ物を  
た げり ふくつう は け はつなつ しょうじょう お びようき  
食べて、下痢や腹痛、吐き気、発熱などの症状が起こる病のこと  
げんいんぶっしつ しょうじょう  
です。原因物質や症状はさまざまで、1年を通して発生しています  
なつば とく さいきん しょくちゅうとうく おお とき いのち かか  
が、夏場は特に細菌による食中毒が多くなります。時に命に関わる  
ばあい しょくちゅうとうくよ ほう さんげんそく  
場合もありますので、「食中毒予防の三原則」  
まも よぼう つと たいせつ  
を守り、予防に努めることが大切です。  
しょく ちゅう どく

# 食中毒予防の三原則



# 6月の郷土料理

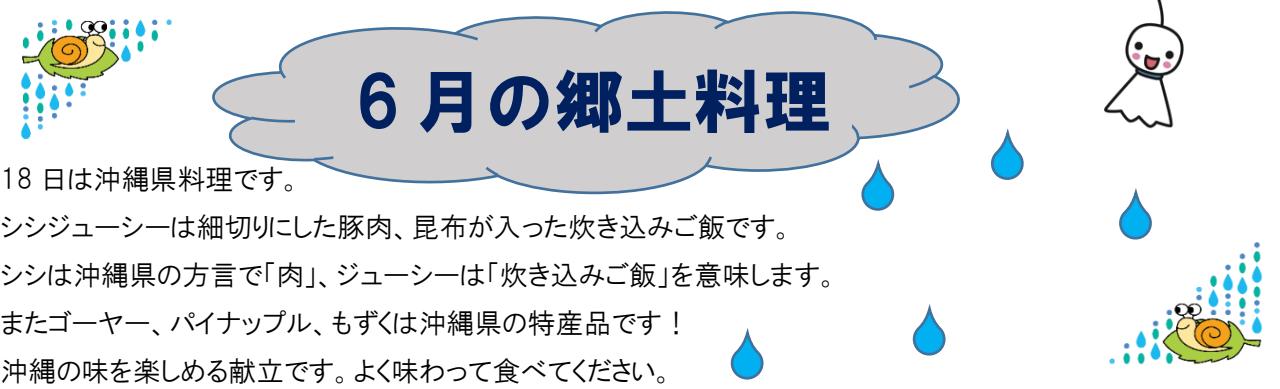
18日は沖縄県料理です。

シシジューは細切りにした豚肉、昆布が入った炊き込みご飯で

シシは沖縄県の方言で「肉」、ジューシーは「炊き込みご飯」を意味します。

またゴーヤー、パインアップル、もずくは沖縄県の特産品です！

沖縄の味を楽しめる献立です。よく味わって食べてください。



# 「食育」って なあに?

まいとし がつ くに さだ しょくいくげっかん へいせい ねん  
毎年 6 月は、国が定める「食育月間」です。平成 17 年  
せいいてい しょくいく きほんばう こ ゆた  
に制定された「食育基本法」では、「子どもたちが豊かな  
にんげんせい い から み つ  
人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、  
なに しょく じゅうよう うえ しょくいく い  
何よりも『食』が重要である」とした上で、食育を、「生  
うえ きほん ちいく とくいくおよ たいいく きそ  
きる上での基本であって、知育、德育及び体育の基礎と  
さまざま けいけん つう しょく かん ちしき  
なるべきもの」「様々な経験を通じて『食』に関する知識  
しょく せんたく ちから しゅうとうく けんぜん しょくせいのかつ じっせん  
と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践す  
にんげん そだ いちご  
ることができる人間を育てる」ことと位置付けています。

子どものころに身に付いた食習慣を、大人になってから改めるのは簡単なことではありません。  
生涯にわたって、心身ともに健康で充実した生活を送るには、子どものころの食習慣がとても重要です。ご家庭でも、できることから「食育」に取り組んでみませんか？

## 家庭で取り組みたい「食育」と、その効果

