



6月は「がっ さい くに彩の国がっ こうきゅうしょくげっ かんふるさと学校給食月間」です



埼玉県や蕨市でとれる食材や郷土料理などを通じ、ふるさとへの愛着を深めようという目的があります。

6月は、埼玉県の郷土料理や、埼玉県産の食材をたくさん使用しています。献立の一部を紹介します。

日にち	献立名	献立の紹介
3日	かて飯 <small>かてめし</small>	秩父地方の郷土料理です。米に加える具を「かて」といいます。
9日	ゼリーフライ 	行田市の郷土料理です。「おから」と「じゃがいも」をベースに、にんじんや長ねぎなどが入っているのが特徴です。 小判のような形から「銭フライ」と呼ばれていたのが変化したといわれています。
19日	小江戸カレー	江戸の風情を残す古い街並みの「小江戸」とよばれる川越市でよくとれる「さつまいも」と「ほうれん草」を使ったカレーです。
20日	彩の国みそ汁 <small>さいのくにみそじゆ</small>	埼玉県で生産の多い野菜を使用したみそ汁です。
26日	しゃくし菜チャーハン <small>しゃくしさい</small>	「しゃくし菜」は秩父地方で作られてきた野菜です。形が「しゃもじ」に似ていることから名付けられました。
27日	白身魚の木の芽味噌だれ <small>まきしょうは</small>	蕨の農家さんが作った『木の芽(山椒の葉)』を使います。

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」
「食べる力」=「生きる力」を育みましょう

6月4日~10日は歯と口の健康週間です!

食育とは…

(食育基本法・前文より)

- 生きる上での基本であって、知育・徳育および体育の基礎となるべきもの
- さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること

カミカミ献立の紹介

9日 茎わかめのサラダ
 10日 イカメンチ

ひと口30回がむ

ライフステージ別に見る食育の取り組み

生涯健康!

「食」で生きる力を育みましょう!

乳幼児期



食べる意欲の基礎をつくり、食の体験を広げる

学童・思春期



食の体験を深め、自分らしい食生活を実現する

青年・成人期



健全な食生活を実践し、次世代へ伝える

高齢期



食を通じた豊かな生活の実現、次世代へ食文化や食に関する知識や経験を伝える