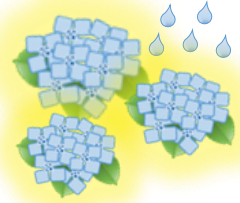


# 6月給食だより

令和 8年 5月 29日  
板橋区立志村坂下小学校  
栄養士

6月は雨が<sup>あめ</sup>多く、気温や湿度が<sup>たか</sup>高くなって食中毒<sup>しょくちゅうどく</sup>が増える時期<sup>じき</sup>です。  
また、季節<sup>きせつ</sup>の変わり目は体調<sup>たいちよう</sup>を崩<sup>くず</sup>しやすくなります。手洗い・うがいを<sup>わす</sup>忘れずに、体調管理<sup>たいちようかんり</sup>を心<sup>こころ</sup>がけましょう。



がつよっか とおか  
**6月4日～10日は**  
「**歯と口の健康週間**」です



**ほねは 骨や歯をじょうぶにしよう**

- 毎日の歯磨きで健康な歯を守りましょう。
- よく噛んで食べることで、あごの発育や、むし歯を予防する効果が期待できます。

(参考)農林水産省「第4次食育推進基本計画」啓発リーフレット

## 今月の給食目標 準備の前に正しい手洗いをしよう

### 正しい手の洗い方

正しい手洗いは感染症・食中毒予防の基本です。

- ① 流水でよく手をぬらし、せっけんを泡立ててこすり洗いをします。
- ② 手の甲をのぼすようにこすりします。
- ③ 指先・爪の間を念入りに洗います。
- ④ 指の間を洗います。
- ⑤ 親指・手首をねじり洗いします。
- ⑥ 流水で十分に洗い流し、清潔なハンカチなどでよく拭き取り乾かします。



## 蒸し暑くなるこれからの季節、食中毒の三原則を守ろう！

気温や湿度が高くなると、食中毒をひき起こす細菌類が繁殖しやすくなります。食中毒を予防するには菌などを「**付けない・増やさない・やっつける**」が大切なポイントです。



こんげつ せいせんしょくひん さんち  
**今月の生鮮食品の産地**

品名	産地	品名	産地	品名	産地
にんじん	千葉	ごぼう	青森・埼玉	河内晩柑	和歌山
玉ねぎ	兵庫	大根	千葉	さくらんぼ	山形
じゃがいも	茨城	黄・赤パプリカ	韓国	小玉すいか	茨城
しょうが	高知	ピーマン	茨城	さば	ノルウェー
にんにく	青森	ブロッコリー	北海道	シルバー	ニュージーランド
もやし	埼玉	しめじ・えのきたけ	長野	ししゃも	アイスランド
青菜	茨城	さやいんげん	千葉	すけそうだら	アラスカ
きゅうり	福島	キャベツ	茨城	さけ	チリ
長ねぎ	茨城	チンゲンサイ	茨城	かつお	静岡
しそ葉	千葉	にら	茨城	鶏がら	北海道
レタス	香川	レモン	アメリカ	豚肉	群馬・茨城
パセリ	長野	りんご	青森	鶏肉	宮崎
セロリー	長野	メロン	茨城	たまご	青森
白菜	茨城	バレンシオレンジ	和歌山		

ぎゅうにゅう にゅうぎょう ちばけん  
・牛乳(コーシン乳業)千葉県

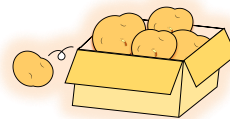
むせんまい こくないさん れいわ ねんどけんさまいしょう めいがらまい のうやく かがくひりょうげんしょうまい  
・無洗米(国内産・令和7年度検査米使用)銘柄米100% ※いずれも、農薬・化学肥料減少米。

※11月からは、令和8年産米を予定。※変更があれば別途通知します。

こんげつ のうえんきゅうしょく てつぶんきょうかこんだて  
～今月のふれあい農園給食 & 鉄分強化献立～

★ふれあい農園会給食は、23日火曜日に板橋区産じゃがいもを「塩バター肉じゃが」にしていただきます。

区内の農家の方が作った「旬の野菜」が届きます。



★鉄分強化献立は、5日金曜日に「カルシウムビーンズ」、  
15日月曜日に「ジャージャン麺(レンズ豆入り)」です。



不足しがちな鉄分の摂取強化を図るため、毎月の給食に1品以上、登場します。

◆再資源化の取組みについて◆

～学校給食で出た野菜くずや残食のリサイクルを開始します～

学校給食の生ごみは、年間500トン以上排出されており、これまでは、一般廃棄物の可燃ごみとして焼却処分をしていました。この生ごみを廃棄物として処分するのではなく、飼料として再資源化する取組みを令和8年度から開始します。