

6月給食だより

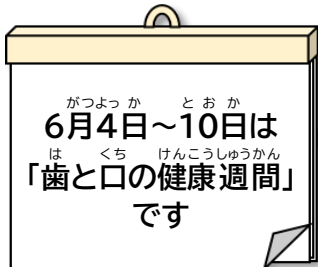
いたばしくしょくいく
板橋区食育キャラクター



令和8年5月29日
板橋区立高島第一小学校

6月は雨が^{あめ}多く、気温や湿度が高^{たか}くなって食中毒^{しょくちゅうどく}が増^ふえる時期^{じき}です。

また、季節^{きせつ}の変わり目は体調^{たいちよう}を崩^{くず}しやすくなります。手洗い・うがい^{てあら}を忘れ^{わす}ずに、体調管理^{たいちようかんり}をこころがけ^{こころ}ましょう。



ほねは **骨や歯をじょうぶにしよう**

- ・毎^{まい}日の歯磨^{はみが}きで健康^{けんこう}な歯^はを守^{まも}りましょ
- ・よく噛^かんで食^たべることで、あごの発^{はつ}育^{いく}や、むし歯^ばを予^よ防^{ぼう}する効果^{こうか}が期^き待^{たい}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

こんげつ きゅうしょくもくひょう **今月の給食目標** じゅんび まえ ただ てあら **準備の前に正しい手洗いをしよう**

ただ て あら しかた **正しい手の洗い方**

ただ て あら かんせんしょう **正しい手洗いは感染症・食中毒予防の基本です。** しょくちゅうどく よぼう きほん

- ① 流水^{りゅうすい}でよく手^てをぬらし、せっけん^{あわ}を泡立^たててこすり洗^{あら}いをします。
- ② 手の甲^{てこう}をのぼすようにこすりま
- ③ 指先^{ゆびさき}・爪^{つめ}の間^{あいだ}を念入^{ねんい}りに洗^{あら}います。
- ④ 指^{ゆび}の間^{あいだ}を洗^{あら}います。
- ⑤ 親指^{おやゆび}・手首^{てくび}をねじり洗^{あら}いします。
- ⑥ 流水^{りゅうすい}で十分に洗^{じゅうぶん}い流^{あら}し、清潔^{せいけつ}なハンカチなどでよく拭^ふき取^とり乾^{かわ}かします。



こんげつ きゅうしょく **今月の給食**

いたばし のうえんかいきゅうしょく **★板橋ふれあい農園会給食** いたばしくさん しお にく **板橋区産じゃがいもの塩バター肉じゃが**

くない のうか かた つく **区内の農家の方が作った「旬の野菜」** しゅん やさい とど **をお届けします。**



てつぶんきょうか こんだて **★鉄分強化献立** てつ **鉄ちゃんビーンズ(ケチャップ)、** どん **ジャージャン丼**

ふそく てつぶん せつしゅ きょうか **不足しがちな鉄分の摂取を強化** まいつき きゅうしょく しな いじょうとうじょう **するため、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、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。