

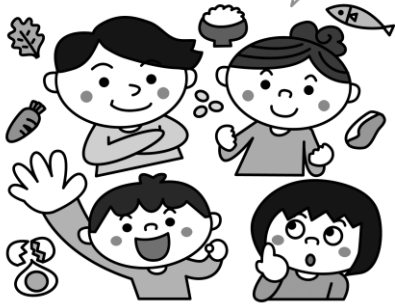
毎月19日は食育の日

朝霞市学校給食センター

朝霞第四小学校・朝霞第五小学校・朝霞第八小学校

**食べること=生きること ～6月は「食育月間」です！**

## 日々の「食べること」を見直してみませんか？



平成17(2005)年に成立・施行された食育基本法では、食育を「生きる上での基本」とし、「知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの」と位置付けています。食や健康に関する情報があふれ返る昨今、子どもたちが正しい知識に基づいて自ら判断・実践し、健康で豊かな毎日を送れるようになることがとても重要です。そのためには、さまざまな経験を通じて、食に関する知識や選択する力を身につけていく必要があります。6月は「食育月間」、日々の「食べること」について、あらためて考えてみませんか？

**ご家庭では、どれくらい実践できていますか？**

**食育チェック!**

<input type="checkbox"/> ゆっくりよくかんで食べている。 	<input type="checkbox"/> 朝ごはんを毎日食べている。 	<input type="checkbox"/> 家族で食卓を囲んでいる。 
<input type="checkbox"/> 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をしている。 	<input type="checkbox"/> 体重を量り、食事量や運動に気をつけている。 	<input type="checkbox"/> 塩分のとり過ぎに気をつけている。 <small>ひがえめに!</small> 
<input type="checkbox"/> 地域や家庭で受け継がれてきた食文化を知っている。 	<input type="checkbox"/> 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている。 	<input type="checkbox"/> 非常時に備え、水や食品を用意している。 
<input type="checkbox"/> 食品ロス削減を意識している。 	<input type="checkbox"/> 環境に配慮した食品を選んでいる。 	<input type="checkbox"/> 農業や漁業などを体験する機会をつくっている。 

### 給食費の改定及び保護者負担軽減について

本年4月から学校給食費を改定しました。※小中学校とも500円増  
 (小学校…月額4,700円 中学校…月額5,300円)  
 物価高騰による保護者負担を考慮して負担軽減策を実施いたします。

#### 【保護者負担軽減】

①令和5年度は、改定分(500円)は市が負担するので保護者の負担は変更ありません。(小学校…4,200円 中学校…4,800円)

②小中学校に在籍する3人目以降の児童生徒の給食費を無償にします。

※該当する世帯には5月中旬に通知(はがき)を送付しています。

該当する世帯で通知が送付されていない場合は、学校給食課に連絡ください。



©むさしのフロント あさか

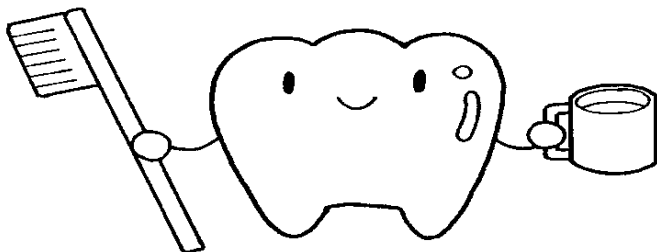
### 学校給食における年間残菜量(調理の際の野菜くず・出汁がら含む)とたい肥生産量の報告(R4年度)

昨年の子ども議会で提案を受けて報告します。

	1日あたりの食数 (R4.5.1)	年間残菜量(野菜くず・出汁がら含む) (kg)	たい肥生産量(kg)	
			食缶(14ℓ)に換算すると	1日あたり
溝沼給食センター (十小、中学校5校)	4,354	24,769	約1,770個分	約10個分
浜崎給食センター (一・二・三・六・七・九小)	4,447	27,484	約1,970個分	約11個分
朝霞四小	653	4,387	約310個分	約2個分
朝霞五小	1,042	15,270	約1,090個分	約6個分
朝霞八小	1,280	8,182	約580個分	約3個分
合計	11,776	80,092	約5,720個分	約32個分

※給食センター・八小には残菜の脱水機があります。四小・五小には脱水機がありません。

## 6月4日～10日は 歯と口の健康週間です!



6月4日から10日は、歯と口の健康週間です。毎日の食事の時に、よくかんでおいしく食べるためには、歯や口が健康であることが大切です。

しっかりかむことができる歯を保つためにも、食事の後には、ていねいにみがきましょう。また寝る前の歯みがきも大切です。