

もぐもぐタイムズ

【小学校版】

福生市学校給食センター
令和3年度 12月号



農林水産省は令和3年10月、食育について分かりやすく伝えるための食育ピクトグラムを作成しました。今後、献立表や学校へのお便りに活用する予定です。今回はその内容をお知らせします。

<p>1 みんなで楽しく食べよう 家族や仲間と、会話を 楽しみながら食べる食事は、心も体も元気にします。</p> 	<p>2 朝ご飯を食べよう 朝食の摂取は、健康的な生活習慣につながります。</p> 	<p>3 バランスよく食べよう 主食・主菜・副菜の組み合わせた食事で、バランスの良い食生活になります。</p> 
<p>4 太りすぎない やせすぎない 適正体重の維持や減塩に努めて、生活習慣病を予防します。</p> 	<p>5 よくかんで食べよう よくかんで食べることにより歯の発達・維持、食べ物による窒息を防ぎます。</p> 	<p>6 手を洗おう 食品の安全性等についての基礎的な知識をもち、自ら判断し行動する力を養います。</p> 
<p>7 災害にそなえよう いつ起こるかも知れない災害を意識し、非常時のための食料品を備蓄しておきましょう。</p> 	<p>8 食べ残しをなくそう SDGs(注)の目標である持続可能な社会を達成するため、環境に配慮した農林水産物・食品を購入したり、食品ロスの削減を進めたりします。</p> 	<p>9 産地を応援しよう 地域でとれた農林水産物や被災地食品等を消費することは、食を支える農林水産業や地域経済の活性化、環境負荷の低減につながります。</p> 
<p>10 食・農の体験をしよう 農林漁業を体験して、食や農林水産業への理解を深めます。</p> 	<p>11 和食文化を伝えよう 地域の郷土料理や伝統料理等の食文化を大切にして、次の世代への継承を図ります。</p> 	<p>12 食育を推進しよう 生涯にわたって心も身体も健康で、質の高い生活を送るために「食」について考え、食育の取組を応援します。</p> 

(注) SDGs (平成27 (2015) 年9月の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」における持続可能な開発目標) (農林水産省HPより)

また、食育マークは、食育ピクトグラムを広く普及・啓発するために「12 食育を推進しよう」を活用したデザインです。食育に関する情報をお知らせする時に使用しますので、このマークを見かけたら、内容をチェックしてみてください。

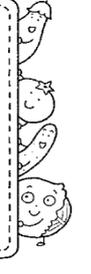


今月の地場野菜(使用予定)

【福生市】 にんじん・キャベツ・だいこん・長ねぎ・はくさい
 【羽村市】 こまつな・チンゲンサイ・にんじん・だいこん
 【瑞穂町】 こまつな



地域の農家の方が心をこめて作った野菜です。児童にも味わって食べて欲しいですね。



もぐもぐタイムズ

【中学校版】

福生市学校給食センター

令和3年度 12月号



農林水産省は令和3年10月、食育について分かりやすく伝えるための食育ピクトグラムを作成しました。今後、献立表や学校へのお便りに活用する予定です。今回はその内容をお知らせします。

<p>1 みんなで楽しく食べよう 家族や仲間と、会話を楽しみながら食べる食事は、心も体も元気にします。</p> 	<p>2 朝ご飯を食べよう 朝食の摂取は、健康的な生活習慣につながります。</p> 	<p>3 バランスよく食べよう 主食・主菜・副菜の組み合わせた食事で、バランスの良い食生活になります。</p> 
<p>4 太りすぎない やせすぎない 適正体重の維持や減塩に努めて、生活習慣病を予防します。</p> 	<p>5 よくかんで食べよう よくかんで食べることにより歯の発達・維持、食べ物による窒息を防ぎます。</p> 	<p>6 手を洗おう 食品の安全性等についての基礎的な知識をもち、自ら判断し行動する力を養います。</p> 
<p>7 災害にそなえよう いつ起こるかも知れない災害を意識し、非常時のための食料品を備蓄しておきましょう。</p> 	<p>8 食べ残しをなくそう SDGs（注）の目標である持続可能な社会を達成するため、環境に配慮した農林水産物・食品を購入したり、食品ロスの削減を進めたりします。</p> 	<p>9 産地を応援しよう 地域でとれた農林水産物や被災地食品等を消費することは、食を支える農林水産業や地域経済の活性化、環境負荷の低減につながります。</p> 
<p>10 食・農の体験をしよう 農林漁業を体験して、食や農林水産業への理解を深めます。</p> 	<p>11 和食文化を伝えよう 地域の郷土料理や伝統料理等の食文化を大切にして、次の世代への継承を図ります。</p> 	<p>12 食育を推進しよう 生涯にわたって心も身体も健康で、質の高い生活を送るために「食」について考え、食育の取組を応援します。</p> 

（注）SDGs（平成27（2015）年9月の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」における持続可能な開発目標）
（農林水産省HPより）

また、食育マークは、食育ピクトグラムを広く普及・啓発するために「12 食育を推進しよう」を活用したデザインです。食育に関する情報をお知らせする時に使用しますので、このマークを見かけたら、内容をチェックしてみてください。



今月の地場野菜(使用予定)

【福生市】 にんじん・キャベツ・だいこん・長ねぎ・はくさい
【羽村市】 こまつな・チンゲンサイ・にんじん・だいこん
【瑞穂町】 こまつな



地域の農家の方が心をこめて作った野菜です。
生徒にも味わって食べて欲しいですね。

