



11月給食たより

世田谷区立八幡山小学校
校長 林田 孝子
栄養士 小池 薫
令和 6年 10月 31日

食欲の秋、おいしい旬の食材が収穫を迎えます。日本人にとって大切な主食となる米も新米が揃える時期になりました。八幡山小では今年度は1月から月1回JAS有機米を給食で使用します。

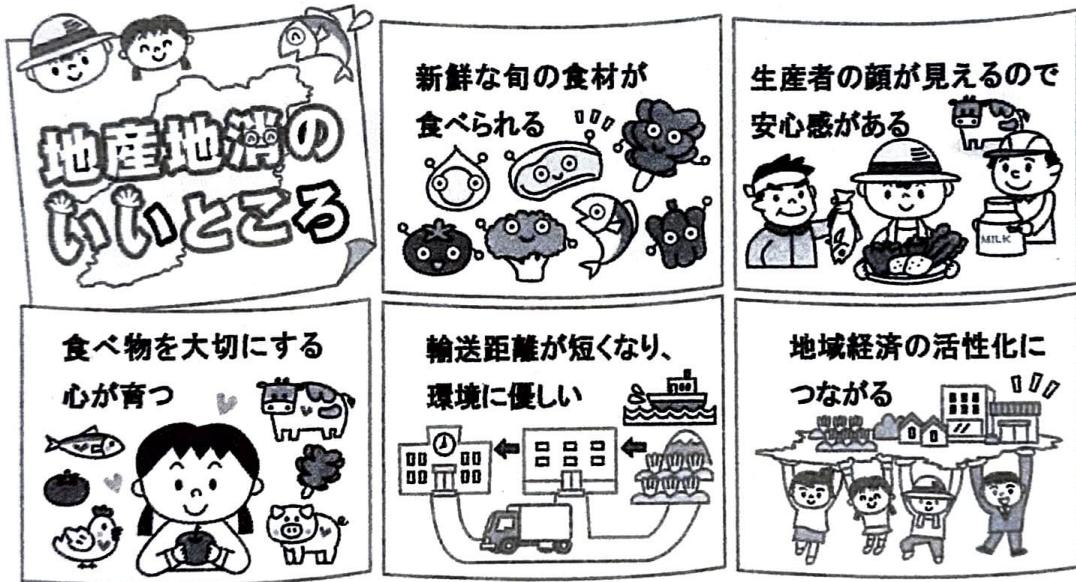


有機米とは

過去3年以上農薬や化学肥料を一切使用しない農場（ほじょう）で栽培され、有機JAS規格の認証を受けたお米を言います。

給食では「地産地消」を推進しています！

「地産地消」という言葉をご存じですか？地域で生産された農林水産物（地場産物）を地域で消費する取組のことで、食料自給率の向上をはじめ、地域活性化や、環境保護への貢献など、さまざまな効果が期待できます。学校給食では国産農産物の活用を通し、子どもたちへ地域の食文化や産業について伝えるとともに、生産者や食べ物への感謝の気持ちを育んでいきたいと考えています。



いい歯を保ち、 食事をおいしく 食べよう



むし歯や歯周病など、口の中に病気があると、食べ物をよくかんで食べられなくなり、栄養も吸収されにくくなってしまいます。11月8日は「いい歯の日」です。健康な“いい歯”を保ち、食事をおいしく食べられるように以下のことに気を付けましょう。

- *よくかんで食べよう
- *おやつは時間や量を決めて食べよう
- *甘い物は取り過ぎないようにしよう
- *カルシウムを多く含む食べ物をとろう
- *食べた後ははみがこう