

# 6月 食育だより

令和8年度6月  
豊島区立西巣鴨中学校

## 「食育基本法」制定から20年

### 食は生きる上での基本です

世界有数の長寿国である日本ですが、栄養の偏りや不規則な食事による生活習慣病の増加をはじめ、食の安全上の問題、海外への食の依存など、様々な問題を抱えています。そこで、「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育む」ことなどを目的に、平成17年6月に「食育基本法」が制定され、国を挙げて「食育」に取り組むことになりました。食育基本法の制定から今年で20年となりますが、食をめぐる新たな問題も生じており、より一層「食育」を推進していく必要があります。



毎年6月は食育月間・  
毎月19日は食育の日

## 家庭では、こんなことに取り組んでみませんか？

◆早寝・早起き・朝ごはん、  
規則正しい生活リズムを身につけましょう



◆家族みんなで食卓を囲み、食  
事を楽しみましょう



## 保護者の方へ

### 給食着の洗濯・アイロンがけにご協力をお願いします。

給食当番は一週間の交代制で、給食の配膳や準備、後片付けなどを行います。

給食当番となった週の週末に給食着を持ち帰りますので、ご家庭で洗濯とアイロンがけをして、次の登校時に持たせてください。またマスクを必ず持参してください。白衣とマスクを着用した上で給食準備を行いますので、ご協力をお願いいたします。

### 5月分給食用食材の主な産地

- ・米（ふさこがね）…秋田、宮城、千葉 ・大根…高知、東京（練馬）
- ・玉ねぎ…北海道 ・人参…北海道 ・よもぎ…東京（大島）
- ・じゃがいも…北海道、長崎 ・キャベツ…千葉・東京（練馬）
- ・ブロッコリー…長野 ・きゅうり…群馬、埼玉 ・ごぼう…青森 ・ねぎ…茨城
- ・小松菜…東京（足立）、茨城 ・ほうれん草…群馬 ・里芋…埼玉 ・いちご…栃木
- ・さつまいも…鹿児島、東京（八王子） ・チンゲン菜…茨城、東京（足立）
- ・インゲン…山梨 ・もやし…栃木 ・かぼちゃ…埼玉 ・みかん…和歌山
- ・しょうが…高知 ・にんにく…青森 ・しめじ、えのき茸、エリンギ…長野
- ・なめこ…新潟 ・三つ葉…千葉 ・たまご…群馬 ・グリーンピース…鹿児島
- ・ピーマン…茨城 ・ニラ…茨城 ・白菜…茨城 ・小ねぎ…福岡 ・鮭…チリ
- ・豚肉…群馬、茨城 ・鶏肉…青森、岩手 ・えび…インドネシア ・いか…ペルー
- ・ホキ…ニュージーランド ・さわら…韓国 ・真鯛…ニュージーランド
- ・ししゃも…チリ ・明日葉…八丈島