

10月きゅうしょくだより

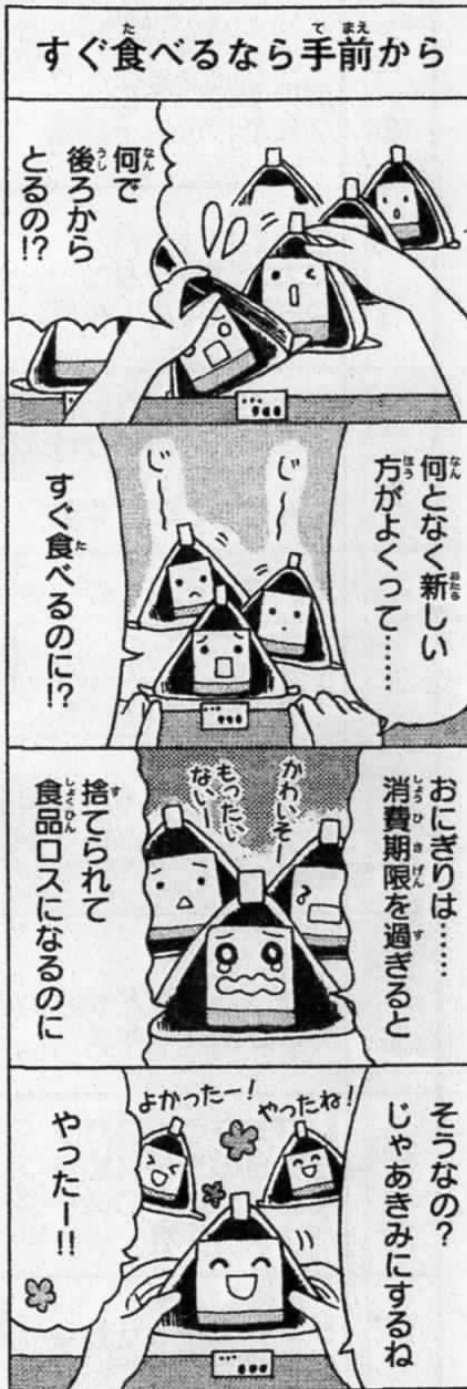
藤沢市立辻堂小学校

雨の多かった9月、ジメジメした天気と体調を崩す子も多く、例年より一足早く学級閉鎖もありました。暑さが和らいだこの時期こそ、体調をととのえて秋のイベントを元気に過ごしてほしいと思います。

10月は世界食料デー & 食品ロス削減月間

世界食料デーとは、世界の一人ひとりが、基本的人権である「すべての人に食料を」のもと、世界に広がる栄養不良や飢餓、極度の貧困を解決していくことを目的とし、国連が制定した日です。

これを機に、食料問題の解決について調べたり、周りの人たちと話し合ってみたりして、解決に向けて何ができるのかを考えてみましょう。



ヤクルトおなか元気教室



9月2日・3日に、3年生が湘南ヤクルトの出前授業「ヤクルトおなか元気教室」を受けました。おなか元気生活のポイントは「早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち」。毎日決まった時間にうんちをするのが良いそうです。ぜひ毎日の習慣にしてくださいね。

こんなに長い!?

ぼくはおなか元気のために早寝を心がけます!



食べ物を消化・吸収する小腸は実は6mもあるんだよ!

みんなでヤクルトを飲んでゼッコー腸ダンスもおどったよ!



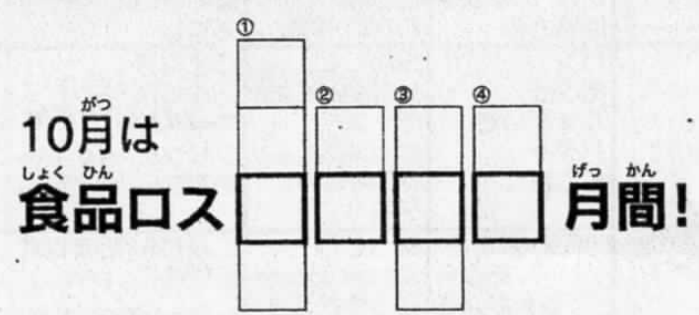
新米の季節です 藤沢産米はるみが登場!

はるみはお米の食味ランキングで、最高評価の『特A』に選ばれたこともある神奈川県ブランド米。キヌヒカリとコシヒカリのすぐれた特徴をあわせ持ち、冷めてもおいしく食べられます。新米のおいしさを味わってほしい日は、麦を入れずに白米だけで炊きます。貴重な地元のお米、おいしくいただきましょう!



食育パズル

ヒントの①～④に当てはまる文字を入れて、太い枠の文字を横に読みます。



ヒント 食品ロスを防ぐには……
①給食を〇〇〇〇食べよう
②〇〇に食べる時は手前から取ろう
③賞味〇〇〇が過ぎてもすぐに食べられなくはないよ
④必要な〇〇だけ買おうね!

4510 45100 (2.5) 2.5 2.5 2.5 1 4510 2.5 2.5

出典:「世界食料デー」月間 みんなで食べる幸せを <https://worldfoodday-japan.net/>