



5月 食育だより

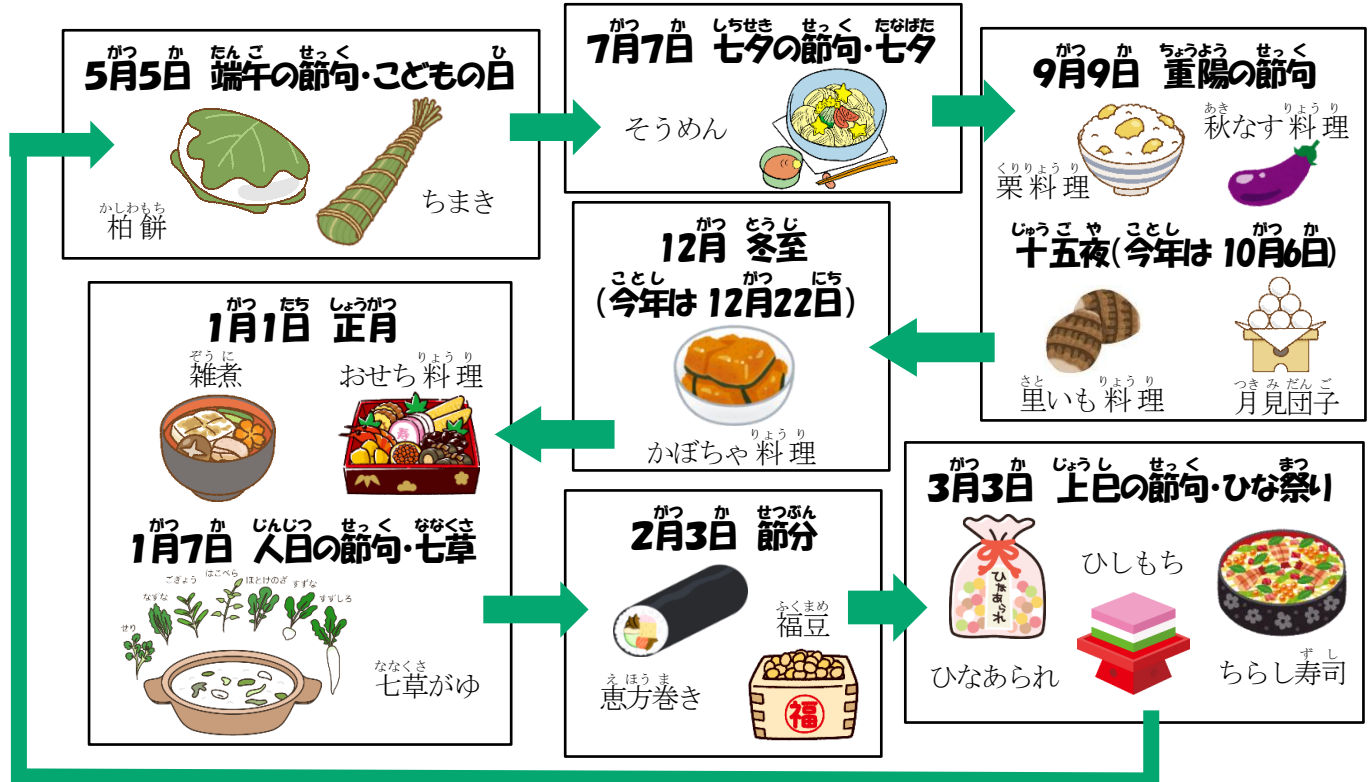


令和 7 年 5 月 号
大府市教育委員会

につぽん ぎょう じ しょく

日本の行事食

日本には、節句・正月などの伝統行事、入学式・運動会・卒業式などの学校行事、昔から地域で行われている祭りなど、一年を通してさまざまな行事があります。また、季節ごとの行事やお祝いの日に食べる特別な料理を「行事食」といい、それぞれに幸せや健康を願う意味がこめられています。日本の歴史や文化をこれからの人々に伝えるためにも、「行事食」を大切にしていきたいですね。



★給食でも季節ごとに代表的な行事食を取り入れています。行事食が出た時は、周りの人と話していけるとよいですね！



めざせ適塩！一口メモ～今年度も掲載します～

日本高血圧学会
減塩・増カリウム啓発キャラクター

食塩は生命を維持するために必要ですが、とり過ぎは生活習慣病につながりやすくなります。大府市では、「食塩のとり過ぎがよい理由や体への影響」などをさらに知ってもらった上で、みなさんに給食をおいしく食べてもらいたいと考えています。健康な生活が送られるように、「適塩の食事」を身に付けていきましょう。



良塩くん

お知らせ

今年度も毎月の食育だよりでは、ご家庭での「食塩のとり方」の参考にさせていただけるような内容を掲載していきます。市のホームページでは、給食おすすめレシピも紹介しています。ぜひ、ご活用いただき、ご家族で「適塩」を心がけてください。



毎月19日は「食育の日」～おうちでごはんの日～



※給食実施日の3日前（土・日・祝日は除く）の午前9時までにご家庭から欠食連絡があった場合は、欠食とします。ただし、フードロスを防ぐため、決定している欠食についてはできるだけ早めの連絡をお願いします。