

給食だより

令和 7 年 5 月号
東原小学校

熱中症に気をつけましょう

新緑の季節。木々は青々と元気いっぱい葉をのばしています。さて、ゴールデンウィークの長期休みがある 5 月ですが、今年も気温がぐんぐん上昇し、日中の日差しが厳しくなりそうです。暑さに体が慣れていないこの時期は、特に熱中症になりやすい時期でもあります。新学期から 1 か月が経ち、心身に疲れもたまってくる頃です。生活リズムを整え、長期のお休みではリフレッシュできましたか？

これからは、こまめな水分補給を心がけるようにしましょう。

■ 食物アレルギーの今

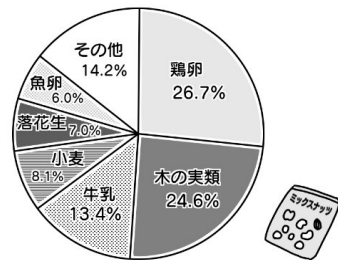


食物アレルギーを持つ人は、近年増加傾向にあります。しかし、その対象となる食べ物や、食べたときの症状は人によって様々です。食物アレルギーを持つ人も持っていない人も、安心安全な給食時間を過ごせるように、食物アレルギーについて理解を深めましょう。

** 食物アレルギーとは

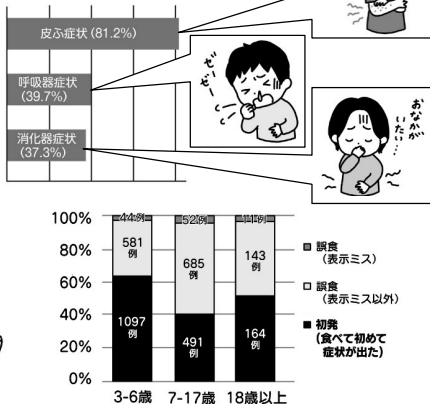
食物アレルギーとは、体が特定の食べ物を食べた時に、過剰に反応してしまい、かゆみやじんましんなどの症状が出ることを言います。

** 原因食物



昨年まで3位だった木の実類が2位に上昇しました。中でも「クルミ」は全体の15.2%を占めています。

** 症状



食物アレルギーの症状出現では、初発がどの年代でも40%以上を占めています。

参考) 消費者庁: 令和 6 年度 食物アレルギーに関連する食品表示に関する調査研究事業 報告書



5月1日は「八十八夜」



八十八夜とは、立春から数えて、88日目の日を指します。今年2025年は、立春が2月3日だったので、5月1日が八十八夜となります。春から夏へと季節が変わりゆく節目の日として、農業に携わる人々は、この日を大事にしてきました。

八十八夜

各地で農作業が本格化する
日の目安となったようです。

- ✓ 漢字の「八」は末広がりのため、縁起が良いとされています。
- ✓ そのため、八十八夜に摘み取られるお茶は不老不死の縁起物として重宝されました。その新茶を飲むと一年を災いなく過ごせると言われています。

夏も近づく八十八夜



今年は新茶を飲んでみませんか



今月の食育クイズ



第1問

5月5日は「端午の節句」(こどもの日)です。この日によく食べられる和菓子がありません。次のうちどれでしょう？

- A) おしるこ
- B) きなこもち
- C) 柏もち
- D) 桜もち



端午の節句は、こどもの日です。この日によく食べられる和菓子は、柏もち、桜もち、おしるこ、きなこもちなどです。正解はC) 柏もちです。

第2問

5月は各地で田植えが始まる時期です。昨年の令和6年に全国で収穫された主食用のお米の量はどのくらいでしょう？

- A) 279万吨
- B) 479万吨
- C) 679万吨
- D) 879万吨



令和6年度の全国で収穫された主食用のお米の量は、約279万吨です。正解はA) 279万吨です。