

6月

給食だより



令和4年6月

梅雨の季節になりました。気温や湿度が上がり、食中毒などの原因となる細菌が増えやすくなります。食事の前には手を石けんでいねいに洗い、清潔なハンカチでふきましょう。また、天候不順などにより体調がくずれやすいので、生活リズムを整えて1日3食しっかり食べて抵抗力をつけましょう。



6月は食育月間です！

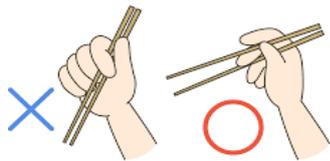


毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です。

「食育」とは、健康な生活を送るために必要な「食」に関する知識と、「食」を選択する力を身に付けることです。学校では、家庭科や生活科、総合的な学習の時間、給食の時間などで様々な学習や経験を通して「食育」を進めています。

ご家庭でも、「食育」をできることから取り組んでみましょう。

できることから始めましょう！こんなことも「食育」です

 <p>こころも おなかも みたされ ます！</p> <p>なるべく家族みんなで食事をしましょう。</p>	 <p>栄養のバランスに気を付けて、1日3食きちんと食べましょう。</p>	 <p>買い物で食品の表示を見たり、旬の食材を選んだりしましょう。</p>
 <p>いただきます！</p> <p>感謝の気持ちを込めていただきます。「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。</p>	 <p>正しいはしの持ち方や、食事のマナーを身につけましょう。</p>	 <p>伝統的な食文化や地場産食材を料理に取り入れましょう。</p>

川北町の野菜が登場します

JA 能美を通じて川北町産の野菜が給食に納入されます。

今年度、JA や生産者の協力を得て、6月に《玉ねぎ》が納入されます。

後半のビーフハヤシやキノコンスープに登場します。楽しみにして下さい。



「歯と口の健康週間」

6月4日～10日は歯と口の健康週間です。歯のおもな構成成分はカルシウムです。牛乳・乳製品・小魚・青菜などに多く含まれています。意識して取るようにしましょう。

