



かんざき給食だより

神崎市学校給食共同調理場

2024. 6. 1

6月号 (No. 3)

食べること=生きること ～ 6月は「食育月間」です！

日々の「**食べること**」を見直してみませんか？

2005年に成立・施行された食育基本法では、食育を「生きる上での基本」とし、「知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの」と位置付けています。食や健康に関する情報があふれかえる昨今、子供たちが正しい知識に基づいて自ら判断・実践し、健康で豊かな毎日を送れるようになることが重要です。

さて、6月は「食育月間」です。日々の「食べること」について、ご家庭で改めて考えてみませんか？

家庭で取り組みたい「食育」



朝ごはんを食べる



家族で食卓を囲む



一緒に食事の支度を
する



わが家の味を伝える



給食でも食育の一環として、毎月第3金曜日に『神埼食の日』として、神崎市の地場産物を使った献立を提供しています。

～ 神崎市産の食べ物 ～

米 小松菜 キャベツ
アスパラガス 高菜漬け
合わせ味噌 そうめん
いのしし肉 など・・・



6月の神埼食の日は、21日(金)です。

～ 献立～

高菜ご飯 海苔和え
かき玉汁 アセロラゼリー
牛乳



6/4～6/10

歯と口の
健康週間



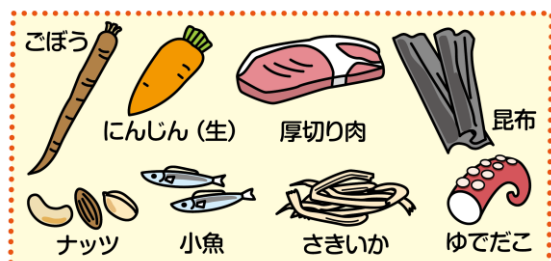
6月4日からの1週間は、「歯と口の健康週間」です。丈夫で健康な歯と口を保つために、日ごろからよく噛んで食べる習慣をつけましょう。

給食では、毎月「8」がつく日に『かむかむの日』として、噛みごたえのある食材やカルシウムがたっぷり摂れる食材を使用した献立を提供しています。



かむ習慣をつけるには？

★噛みごたえのある食べ物をとり入れる。



歯と口の健康を保つには？

★カルシウムを意識してとる。

カルシウムが多くとれる食べ物

