



6月 給食だより

予定献立表、給食だよりは、吉部小学校HPで、カラーでご覧いただけます。学校の様子も随時更新されます。ぜひ、ご覧ください。

吉部小学校HP



梅雨の時期がやってきました。この時期は気温の変化も著しく、いつも元気な子ども達も体がだるく感じたり食欲がなくなったりと体調を崩しやすい季節です。毎日を元気に過ごすためにも、日々の手洗い・うがいを心がけていきましょう。



献立紹介



6月1日(木)

青梅寒天

万倉小学校にある梅の木から青梅を収穫してくれました。さっぱりとして初夏にぴったりの寒天です。

6月5日(月)

カミカミ献立

4~10日は、「歯と口の健康週間」です。噛むことを意識できる献立です。しっかり噛んで食べることは、歯や体全体の健康につながります。

6月9日(金)~

6月15日(木)

地場産週間

山口県でとれた食材がいつもよりたくさん登場します。給食に関わっている地元の方々に感謝していただきます。

6月27日(火)

雷豆腐

くずした豆腐を油で炒めて味付けをします。熱した油で炒める時に「バリバリ」と雷のような音がすることから、この名前がつけました。

6月は食育月間です!

「食育」で生きる力を育もう

生きていく上で欠かすことのできない「食べること」。生涯にわたって健康で心豊かに暮らしていくためには、子どものころから、食に関する知識を身に付け健全な食生活を実践できる力を育むことが重要です。毎年6月は国が定める「食育月間」です。よりよい食生活を目指して、できることから取り組んでみませんか?



◆「食育基本法」では、「子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である」と明記され、食育を「生きる上での基本であって、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。

家庭で取り組みたい「食育」

朝ごはんを食べる

わが家の味を伝える

家族で食卓を囲む

一緒に食事の支度をする

6/4~6/10

歯と口の健康週間



ゆっくりよくかんで食べていますか?

6月4日からの1週間は、厚生労働省、文部科学省、日本歯科医師会、日本学校歯科医会が実施する「歯と口の健康週間」です。食事をおいしく食べて、健康な体をつくるには、歯と口が健康でなくてはなりません。丈夫で健康な歯と口を保つために、日頃からよくかんで食べる習慣をつけましょう。

よくかんで食べることは、健康づくりの第一歩です!

むし歯を予防する 	肥満を予防する 	あごの発育を助ける 	味覚の発達をつなぐ 	栄養の吸収がよくなる
--------------	-------------	---------------	---------------	----------------

よくかんで食べよう!

