

6月給食だより



6月は食育月間！

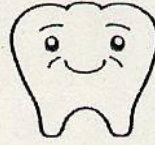
平成17年に「食育基本法」が制定・施行され、「食育推進基本計画」により、毎年6月は食育月間、19日は食育の日と定められました。この期間、全国ではさまざまな「食育」に関する取り組みが行われています。毎日食べている身近な「食」について、家族で話し合ってみましょう。



むし歯を防ぐ食生活で8020！



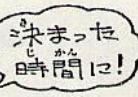
8020運動とは、80歳まで20本以上の歯を保とうという運動です。永久歯は、一生使い続けていくもの。お年寄りになっても丈夫な自分の歯で食べ続けられるように、今からむし歯になりにくい食生活を心がけるようにしましょう。



甘いお菓子やジュースを
だらだら食べ続けない

よくかんで食べる

食事の後はしっかり
歯みがきをする



かむことの効果

- ① 消化を助ける
- ② 脳の働きをよくする
- ③ むし歯を防ぐ
- ④ 肥満を防ぐ

地場産物を使っています！



献立表にあるように、今月は地場産強化月間です。福井県内、小浜市内、そして校区内で生産された食材は、やはり距離が近い分新鮮ですし、なにより生産者の顔が見えやすいので安心ですね。

今後も、できるだけ多くの食材を地場産で提供していきたいと思っています。もしも、畑をされている方で、学校に食材を提供して頂ける方がおられましたら、ぜひ、学校にご連絡ください。お待ちしております。

