

6
月

給食だより



令和7年度6月号
座間味学校給食
共同調理場

6月は食育月間です。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つけ、健全な食生活を実践できる力を育むことが重要です。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？

ちつそく ふせ あんぜん た
窒息を防いで安全に食べよう

よくかんで食べるには、歯と口の健康が大切です。かみごたえのある食べ物を食べてかみ力をつけたり、食事の後は歯みがきをしたりして、歯や口の健康を保つようにしましょう。

◎よくかんで食べる



◎よい姿勢で食べる



◎一口量を少なく



×食べながら話さない



×驚かせない



×早食いをしない



食べる時
窒息を起こしやすい食品
気をつけよう

まるくてつるつ
しているもの



ミニトマト
ぶどう



粘着性の高いもの
唾液を吸収しやすいもの



パン



もち



ごはん

よくかんで
細かくしよう！



よくかむと食べ物が細かくな
り、唾液がたくさん出て、のみ
込みやすくなります。



6月4日から10日は
歯と口の健康週間

よくかんで食べるには、歯と口の健康が大切です。かみごたえのある食べ物を食べてかみ力をつけたり、食事の後は歯みがきをしたりして、歯や口の健康を保つようにしましょう。



6月の行事食

- 6/4(水)…かみかみ献立
(歯と口の健康週間)
- 6/6(金)…中体連応援献立
- 6/9(月)~6/13(金)…残量調査
(座間味校)
- 6/20(金)…慰靈の日献立



6月は食育月間です



食育とは、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で、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

～食育で育てたい「食べる力」～

1. 心と身体の健康を維持できる
2. 食事の重要性や楽しさを理解する
3. 食べ物の選択や食事づくりができる
4. 一緒に食べたい人がいる（社会性）
5. 日本の食文化を理解し伝えることができる
6. 食べ物やつくる人への感謝の心

農林水産省「私たちが育む食と未来 第4次食育推進基本計画」

♥ 感謝の気持ちをこめて ♥



観光協会にお勤めの青山さんから、無農薬で育てた玉ねぎ7kgを寄贈していただきました！

5月29日の給食「チャーハン」、「中華スープ」に使い、おいしくいただきました。がんばっている座間味村の子ども達を食で応援したいとの温かいお気持ちに感謝です。

