






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

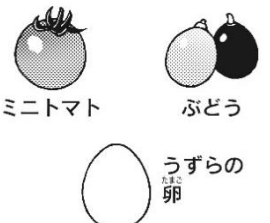
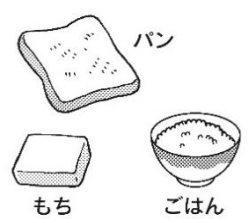
6月は食育月間です。生涯にわたって健康で心豊かに暮らしていくためには、子どものころから、食に関する知識を身につけ、健全な食生活を実践できる力を育むことが重要です。よりよい食生活を目指して、できることから取り組んでみませんか？

窒息を防いで安全に食べよう

食事をするときに、食べ物を口に詰め込み過ぎたり、よくかまずにのみ込んだりすると、のどに詰まらせて窒息してしまうことがあります。安全に食事をするために、次のことに気をつけましょう。

<p>◎よくかんで食べる</p> 	<p>◎よい姿勢で食べる</p> 	<p>◎一口量を少なく</p> 
<p>×食べながら話さない</p> 	<p>×驚かせない</p> 	<p>×早食いをしない</p> 

食べる時 気をつけよう 窒息を起こしやすい食品

<p>丸くてつるつとしてっているもの</p>  <p>ミニトマト ぶどう うずらの卵</p>	<p>粘着性の高いもの 唾液を吸収しやすいもの</p>  <p>パン もち ごはん</p>
---	--

よくかんで 細かくしよう！



よくかむと食べ物が細くなり、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む力をつけたり、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。



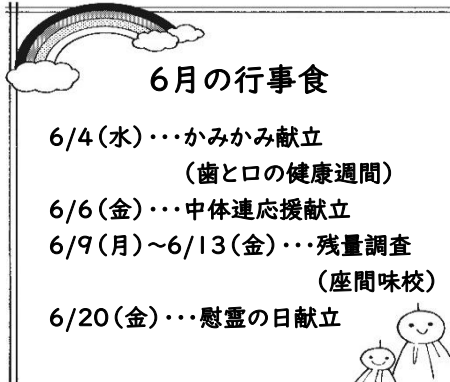
6月の行事食

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)・・・慰霊の日献立




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。

