

6月 給食だより



梅雨の時期は、気温や湿度が高くなります。体調をくずさないように、しっかりと寝て、朝ごはんをきちんと食べてから登校しましょう。



6月4日から10日は、「歯と口の健康週間」です。



歯でかみくだくことを「咀嚼」といいます。近ごろは口当たりのやわらかい物が好まれるようになり、「かまない」「かめない」「かむ意欲がない」といった咀嚼の運動不足を指摘する人もいます。咀嚼不足は消化を悪くするだけでなく食べすぎにもつながり、引いては生活習慣病の遠因にもなります。よくかんで食べる習慣を子どものうちに身に付けましょう。

よくかんで食べるためには



はしや小さめの
スプーンで
少しずつ口に運ぶ。



汁物や飲み物と
いっしょに
口の中のもの
ながし込まない。

かみごたえのあるシー
フード、根菜類、豆類、
きのこ、海そうなどを
食事にとり入れる。



時間に余裕をもって
食べる。
テレビなどを見ながら
食べるのはやめ、
ゆったりとした気分で
楽しく食べる。



「親と子の食育セミナー」参加者募集のお知らせ

どちらかの日をえらんでくださいね！

夏休みに、親子での調理実習と栄養士による食育指導「親と子の食育セミナー」を実施いたします。
一緒に、楽しく食について学びましょう。ぜひご応募ください。



- 日時会場：令和7年7月29日(火)または30日(水) 10:00～14:30(受付9:45～)
沢野行政センター(太田市高林西町882-5) ※両日同様の内容で実施します。
- 対象：太田市内の小学生とその保護者 ●参加費：1人400円 ※保険代を含む 当日集金します
- 献立：ごはん あじの薬味ソース 塩昆布和え 手作りすいとん ヨーグルト和え 牛乳(予定)
※材料にアレルギー物質28品目のうち「乳、ごま、豚肉、小麦、大豆、もも」を含む原材料を使用します。
- 定員：各日親子 15組(応募多数の場合は抽選とし、結果は後日連絡いたします)
- 申込み：令和7年6月17日(火)午後5時までに web申込み(右2次元コードより)
web申込できない場合は、学校施設管理課までお問合せください。

※未就学児の同伴は、ご遠慮ください。



問い合わせ：太田市教育委員会 学校施設管理課 学校給食係
(TEL) 0276-20-7086

申込用2次元コード