

# 6月 給食だより



平成30年6月  
呂楽町立学校給食センター

4日～10日は「歯と口の健康週間」です。

給食センターでは、5日～9日に、噛みごたえのある食品や、歯をつくる材料となるカルシウムを多く含む食品をたくさん使った給食がです。しっかりよく噛んで残さず食べましょう。

こんげつ きゅうしょくもくひょう  
今月の給食目標

は つく  
☆じょうぶな歯を作ろう

えいせい ちゅうい  
☆衛生に注意しよう



## 6月4日～10日「歯と口の健康週間」

健康な心と体をつくるためには、食事をバランスよく食べることが基本です。しかし、歯と口が健康でないと、おいしく食べることができない上に、食べ物がきちんと消化されず、栄養を十分に吸収することができません。子どものころから、しっかりよくかんで食べる習慣をつけ、健康な歯と口をはぐくみましょう。



健康な歯と口をつくる  
食生活のポイント

時間を決めて  
食べる



かたい物を  
よくかんで食べる

目安は  
一口30回!



骨や歯のもとになる  
カルシウムをとる



好き嫌いせずに  
バランスよく食べる



食べたらしっかり  
歯をみがく



毎年6月は「食育月間」毎月19日は「食育の日」



朝食を食べる  
習慣をつけよう



いただきます  
ごちそうさまの  
あいさつをしよう



家族で食卓を囲もう



地域の農産物や郷土料理  
を取り入れよう



親子で一緒に食事の  
支度をしよう

生涯にわたって心身ともに健康で豊かな人間性を育めるよう、子どものころから様々な「食」に関する経験を積んでいくことが大切です。学校給食センターでは、各学校の給食時間や授業など年間を通して「食育」に取り組んでいます。ご家庭でもお手伝いや食事の時間などを通して「食育」を行う機会をたくさんつくっていきましょう。

放射性物質測定結果 検査結果の詳細は給食センターのホームページにも掲載しています

下記の食材の検査をした結果、放射性ヨウ素(I-131)、放射性セシウム(Cs-134,Cs-137)のいずれも不検出でした。

検査機関名	検査器	測定日	試料名
東部教育事務所	Nal(T1)シンチレーター	5月17日	ねぎ(篠塚地区)
環境衛生試験センター	ゲルマニウム半導体検査器	5月16日	パン用県産小麦粉(ダブル8号)