

給食センターからこんにちは

令和7年

6月

4日

(水)

6月の給食献立目標

- ・清潔な食事をしよう
- ・骨や歯を丈夫にしよう



きょうの給食は・・・

ごはん、牛乳、かみかみ汁、
きびなごの唐揚げ、茎わかめの煮物

今日は「歯と口の衛生週間献立」です。

6月4日からの一週間は「歯と口の健康週間」です。食事をおいしく食べて

健康な体をつくるためには、歯と口が健康なことが大切です。丈夫で

健康な歯と口を保つために、日ごろからよくかんで食べる習慣を身に

つけましょう。今日の給食も噛むことを意識してもらうために、噛みごたえ

のある食べ物を使っています。噛むことを意識しながらいただきます。

《クイズ》

よくかむと、体のどこの働きが活発になるのでしょうか？

- ① 脳 ② 目 ③ 足



《答え》① 脳 です。よくかんで食べることで、脳が刺激され

記憶力や集中力が高まります。