給食だより

6月号

はぐく

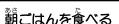
令和 5 年 5 月23日 渋谷区立渋谷本町学園

統括校長 清野 正

甲斐 悠、秋本 美澄 栄養士

素レヒヒピ ダラ ヘ ベニデ。 毎年6月は国が定める「食育月間」です。生きていく上で欠かすことのできない「食べること」。生涯 にわたって健康で心豊かに暮らしていくためには、子供のころから、食に関する知識を身に付け、健 ぜん しくせいかっ じっせん 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?











一緒に食事の支度をする



わが家の味を伝える



6/4~6/10





6月4台からの1週間は、厚生労働省、支部科学省、白笨歯科医師芸、白笨学校歯科医 ☆が実施する「歯と亡の健康週間」です。食事をおいしく食べて、健康な体をつくるには、 歯と台が健康でなくてはなりません。 丈夫で健康な歯と台を戻っために、 ð 資からよくか んで食べる習慣をつけましょう。

むし歯を予防する





あごの発育を 動ける









かむ習慣をつけるには?

- ★一口30回を意識し、よく味わって食べる
- ★食べ物を水分で流し込まない
- ★噛み応えのある食べ物を取り入れる

参照:全国学校給食協会





