

6月食育だより

令和6年6月
皆野町学校給食センター



毎年6月は国が定める「食育月間」です。また、毎月19日は「食育の日」です。
よりよい食生活を目指して、この機会に普段の食生活を見直し、できることから取り組んでみませんか？

安全に楽しく給食を食べるために

食べることはごく当たり前のことで、「かんで飲み込む」という動作を意識しながら食べている人はあまりいないかもしれません。ですが、食べ物の形状によっては、よくかまずに飲み込んでしまうと窒息する危険性があります。給食を安全に楽しく食べるために、以下のことに気をつけましょう。



食べるときに注意が必要な食品



球形のもの・つるつるしたもの	粘着性が高いもの・だ液を吸うもの
 ミニトマト  ぶどう  さくらんぼ  うすらの卵  白玉団子	 ご飯  もち  パン  さつまいも



★歯の生えかわりでよくかめない人は、箸やスプーンで小さくする。パンは一口大にちぎる。口に詰め込み過ぎない。など、特に気をつけて食べましょう。



《今月の食に関するお話し♪》

「彩の国ふるさと学校給食月間」

6月は「彩の国ふるさと学校給食月間」です。地元産・県産食材の活用を図るとともに、地元産食材や郷土調理等について理解し、故郷への愛着を学校給食を通して深めるために実施しています。皆野町の学校給食は、今月はもちろん、日頃から皆野町・秩父郡市産の野菜や食材、埼玉県産食材を取り入れるように努めています。

今月は「みそポテト」「かてめし」「わらじかつ」などの秩父地域の郷土料理や皆野産・秩父郡市産の「しょうゆ」「みそ」「しめじ」「まいたけ」「たまねぎ」「きゅうり」「しゃくし菜漬け」などを使用した献立も登場します。 お楽しみに♪