

令和2年6月



食育フードシステム

# 給食だより

梅雨の季節になりました。湿度・温度ともに高くなり、天気が変わりやすいこの時期は、体調を崩しやすい時期でもあります。

食中毒となる細菌が繁殖しやすいため食事を作る環境に配慮しながら毎日を元気にすごしましょう！



## 歯と口の健康週間(6月4~10日)

歯と口の健康週間の目的は、歯と口に関する正しい知識を普及啓発するとともに歯の健康寿命を伸ばし国民の健康の保持増進に寄与することを目的としています。

厚生労働省・文部科学省・日本歯科医師会・日本学校歯科医会が実施している週間です。

6月4日は虫歯予防デー

かむことは大切

脳の働きが活発になります。

歯肉に刺激が伝わり、歯を支えている骨や組織が丈夫になります。

顎の骨や筋肉の成長を助けます。



## 6月は食育月間です

子供が考える楽しい食事とはどんなとき？

- 家族みんなが話しながら食べるとき
- 友達とおしゃべりしながら食べるとき
- 自分の好きな料理が出たとき
- 自分が作ったものを食べるとき

各自治体が実施している食育に関するアンケート結果では上記の結果となりました。

家庭では家族と、幼稚園では仲良しの友達と楽しい会話をしながら食べる食事を楽しんでいる子どもたち。食べ方が汚かったり食べ残しがあつたりすると、つい厳しい口調で注意してしまいがちですが、誰も怒られながら食べる食事は楽しくありません。躰を意識しすぎず、家族みんなで会話をしながら楽しい食卓を囲んでみましょう！楽しい会話に溢れた食卓の記憶は貴重な食育の経験です。

### 【6月の食材予定産地】

《野菜》玉ねぎ(北海道) ピーマン(宮崎・茨城) キャベツ(千葉)  
《野菜》大根(千葉) しめじ(新潟) 長ネギ(宮城) きゅうり(宮城)  
《肉類》鶏肉(日本・ブラジル) 豚肉(日本・デンマーク)  
《肉類》牛肉(オーストラリア・アメリカ)  
《米》ササニシキ(宮城県) ひとめぼれ(宮城県)

### 食育フードシステム東北株式会社

〒989-3125

宮城県仙台市青葉区下愛子字観音堂28

TEL 022-391-8666(代) FAX 022-391-8667

メールアドレス shokuiku@sfs-tohoku.com

