

食育だより

2026年6月
吉見町
学校給食センター

6月は「食育月間」です。食べることは、生きるために欠くことのできないものであり、健康で心豊かな生活を送るためにも大切なことです。子どもの時代の食生活は、その後の心身の成長に大きな影響を与えます。この機会に、日頃の食事のとり方や生活習慣について見直してみましょう。



6月は「食べる」ことについて考えてみましょう!

「知育」「徳育」「体育」の基礎となる「食育」。さまざまな経験や学習を通して、生きるために必要な「食」に関する基本的な知識と、「食」を自ら選択できる力を身に付け、生涯にわたって健康的な食生活を実践できる人を育てていきます。

食育の6つの視点



- 食事の重要性
- 心身の健康
- 食品選択能力
- 感謝の心
- 社会性
- 食文化

さいくに 彩の国ふるさと学校給食月間

埼玉県では、食育月間の6月と収穫の秋の11月を「彩の国ふるさと学校給食月間」としています。6月の給食では吉見町や埼玉県で作られた農産物をたくさん使う予定です。

こめ
給食のごはんは吉見町産の「彩のきずな」というお米を使用しています。

みそ
吉見町でとれたお米と大豆で作られた手作りみそです。

やさい
6月は吉見町産の玉ねぎ・じゃが芋・きゅうり・トマトを使用予定です。

「給食センター探検隊」のお知らせ

日時：令和8年7月28日(火) 午前の部：9時30分～11時30分
午後の部：13時15分～15時15分

会場：吉見町学校給食センター

内容：参加者でグループを作り、給食をつくる工程を疑似体験します。

参加費：無料

持ち物：エプロン、バンダナ、上履き、水筒

対象：町内在住の親子やご家族、友達同士、お一人でも参加できます。(各回20名程度)

申込み：6月1日(月)～7月22日(水)までに「申込フォーム」から申し込み。
※定員になり次第、締め切る場合もあります。



申込フォーム

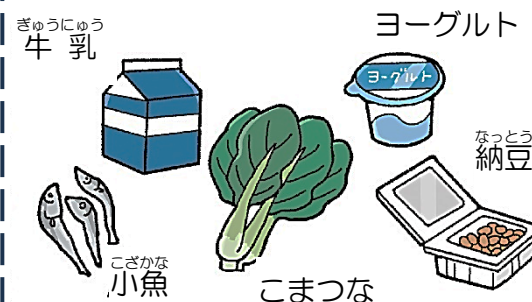


6月4日から10日は 歯と口の健康週間

よくかんで食べるには、歯と口の健康が大切です。かみごたえのある食べ物を食べてかむ力をつけたり、食事の後は歯みがきをしたりして、歯や口の健康を保つようにしましょう。



歯を強くする カルシウムが多い食品



かむってすごい!

1 よくかまずにのみこんでない? あ、うみそさん

2 脳に伝わって食べすぎを防ぐし

3 勉強もはかどるよ

4 ほかにいいことが

あ、うみそさん

脳に伝わって食べすぎを防ぐし

勉強もはかどるよ

ほかにいいことが