

きゅうしよく

給食だより 6月

がつ



令和7年5月23日

日光市立今市第三小学校

給食室

梅雨の季節を迎えました。これから夏にかけて、暑くてジメジメした日が多くなります。暑さに体が
ついていかず、体調を崩しやすい時期でもあります。食中毒も発生しやすくなるので、手洗いなどが
など、身近な衛生に気をつけて、元気に過ごしましょう。

6月の給食目標①「衛生的に食事をしよう」

◆せっけんで手を しっかり洗おう◆



指と指の間、つめの間、手首な
ど、ていねいに洗いましょう。
洗った後はきれいなハンカチで
ふきましょう！

◆つめを短く切ろう◆



つめの間には汚れがたまり
やすいです。伸びたつめは
切って、清潔を保ちましょ
う。

◆身じたくをきちんとしよう◆



きれいな白衣や、ぼうし、マスク
を正しく身につけて、衛生的に
配膳しましょう。

6月の給食目標②「よくかんで食べよう」

～6月4日から10日は、歯と口の健康週間です～

脳から「おなか
いっぱい」という指令が出て、
食べすぎを防ぐことが
できます。



だえきがたくさん出て、
歯に汚れがつきにくく
なります。



食べ物が細くなり、
消化や吸収をしやす
くなります。



脳の神経が刺激されて、
脳のはたらきが活発に
なります。



～6月は食育月間です～

未来を担う子どもたちの健やかな成長を支え
るため、学校では食育に取り組んでいます。

6月は食育月間です。ご家庭でも身近なことから
意識して取り組んでみてはいかがでしょうか？

◎家族で「献立表」や「給食だより」を読む

◎食事のあいさつをしっかりとる

◎親子で料理をする

◎一緒に買い物に行く

…など身近に食育はたくさんありますね。



～地産地消週間と今月の地産地消食材～

地産地消とは、地域生産・地域消費の略で、地域で
生産（作られたもの）された物を地域で消費（食べる）
するという意味です。

6月16日から20日を今三小の地産地消週間と
し、日光市産や栃木県産の食材を給食に豊富に取り
入れます。また、今月の地産地消食材ズッキーニを使
った、ズッキーニ入りミートスパゲッティが
6月18日に登場します。お楽しみに！

