

# 給食だより 6月号

令和8年5月29日  
品川区立八潮学園  
校長 夏井 真一



## 6月4日～10日は、「歯と口の健康週間」

「6(む)4(し)」の語呂合わせで、6月4日は「むし歯予防デー」です。そして、4日～10日は、歯や口の中の健康を見直す「歯と口の健康週間」としています。

むし歯を予防するには、しっかり歯みがきをするだけでなく、よくかんで食べることで、唾液を分泌させることも効果的です。また、よくかむことは、食べものの消化を助け、栄養素の吸収をよくすることにつながります。

6月の給食では、かみごたえのある食材を取り入れています。よくかむことを意識する機会にしましょう。

### かみごたえのある食べ物



いか



きのこ



種実類



根菜類



干物 (こんぶやじゃこ)



©少年写真新聞社2023

## 6月は食育月間、19日は食育の日です！

～食育月間にちなみ、八潮学園ではこのような取り組みをしています～

**10日(水)** 6月12日は八潮学園の開校記念日です。給食では、鶏肉とねぎを使った「八潮丼」でお祝いします。

**11日(木)** 6月10日は「入梅」です。入梅は、暦の上での梅雨の始まりとされています。梅の実が熟すころで、昔の農家の人は、農作業をするときに目安にしていたそうです。この日の給食は、きざんだ梅干しが入った「梅ごはん」です。

**23日(火)** 6月23日は「沖縄慰霊の日」です。この日にちなみ、沖縄の郷土料理が給食に登場します。沖縄の歴史に思いをはせながら味わってほしいと思います。

## 6月の給食目標：清潔に気をつけよう



気温が高く、じめじめとしたとした日が増えてきました。1年の中でも、食中毒が起こりやすい時期です。給食を食べる前には、しっかり手洗いをしましょう。給食当番の人は、手洗いはもちろん、マスクを必ず持ってきて、つけるのを忘れないようにしてくださいね。

【問い合わせ】八潮学園 栄養士 八代 美弥子 電話 03-3799-1641  
FAX 03-3799-1643