



令和5年度 歯と口の健康週間 標語 「手に入れよう 長生きチケット 歯みがきで」

ゆっくりよくいんご

6月4日からの1週間は、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する「歯と口の健康週間」です。食事を おいしく食べて、健康な体をつくるには、歯と口が健康でなくてはな りません。丈夫で健康な歯と口を保つために、日頃からよくかんで食 べる習慣をつけましょう。

かむ習慣をつけるには?

★-□30回を 意識し、味わって 流し込まない



★食べ物を水分で



★かみごたえのある食べ物を取り入れる



※給食では歯と口の健康週間に、カミカミメニューを取り入れます。かむことを 意識して食べましょう。

歯と口の健康を保つには?

★食事やおやつは 決まった時間に 食べる



しっかり 歯をみがく



★食べた後は ★カルシウムを意識してとる



「地産地消」 那珂川町の特産物

「地産地消」とは、地域で生産された農産物を地域で消費する取組 で、農産物の生産振興や地域の活性化、さらには健康的で豊かな食 生活の実現にもつながるものです。

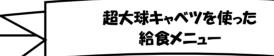
《学校給食で地産地消を推進する目的》

- 地域の自然や文化への理解を深め、郷土への愛情を育む。
- 食材を通じて産業等に関する理解を深めるとともに、それらの 生産等に携わる者の努力や食への感謝の念を育む。
- 新鮮で安全な食を通して、生涯にわたり心豊かで健康な生活 の基礎を培う。



馬頭高校名産 超大球キャベツ

馬頭高校では、普通科の選択科目「農業と環境」の授業でいろ いろな野菜を栽培しています。「露地野菜で町おこし」をテーマ に、今年度も那珂川町の小中学校の給食用に生徒のみなさんが栽 培した超大球キャベツを提供してくれます。



6月13日(火) かんぴょうサラダ

かみなり汁 6月14日(水) 6月20日(火) 焼きそば

チョレギ風サラダ 6月21日(水)

お楽しみに!!

※生育状況により変更になる場合があります。

那珂川町の大那地にあるフルーツ農園では、本場山形まで行 かなくてもさくらんぼ狩りが楽しめます。収穫時期を迎える地 元のおいしいさくらんぼを地産地消推進のために町の予算で提 供してくれます。