



ほうきょうがっこうきゅうしよく
伯耆町学校給食キャラクター
はく
伯まいちゃん

がっこうきゅうしよく 学校給食だより



令和8年度6月号

伯耆町立学校給食センター

がつ

6月は

しよく いく

げっかん

食育月間

しんしん けんこう かくほ しょうがい
心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと暮らすこと
ができるようにするためには、「食」が重要です。

しよくいくすいしん きほんけいかく まいとし がつ しよくいくげっかん さだ
食育推進基本計画では、毎年6月を『食育月間』と定め、
食育月間の期間中に、食育に対する理解を深め、食育の充実
と定着を図るよう、取組が進められます。今年度は、次の3項目
に力を入れて取り組むこととなっています。

- ① 学校等での食や農に関する学びの充実
- ② 健全な食生活の実現に向けた「大人の食育」の推進
- ③ 国民の食卓と生産現場の距離を縮める取組の拡大

かてい しよく ばなし
家庭でも、食について話をしてみましょう。

がつ とおか
6月4～10日は

歯と口の健康週間



6月4日から10日は『歯と口の健康週間』です。

とし と
年を取ってからもしっかりかんで食べることができる丈夫な
歯を残そうという『8020運動』や、よくかんで食べることを
目標にした『噛ミング30』などがあり、一生使える歯を作るた
めにも、よくかんで食べることは重要です。また、よくかんで食
べることで、虫歯などの歯の病気を防ぐことにもつながります。



よくかんで食べることは、歯と口だ
けでなく、食べ物の味を感じること
ができたり、食べ過ぎを防いだりす
るなど、よいことがたくさんあります。

よくかんで食べることで、より健康
な体になるといいですね。

か てい と く

家庭で取り組みたい「食育」

やさい そだ
野菜を育てる、
しゅうかく
収穫する



いっしょに
りょうり
料理をする

かぞく
家族そろって
しよくじ
食事をする、
ちようしよく た
朝食を食べる



しよくいく ひょうご
ひみこの食育標語

ひみこのはがはいーぜ
——『よく噛む』8大効用——

ひまん よぼう
肥満予防



ことば はつおん
言葉の発音はつきり



は びようきよぼう
歯の病氣予防



いちようかいちよう
胃腸快調



ひみこのはがはいーぜ

みかく はつたつ
味覚の発達



のう はつたつ
脳の発達



がん ぼう
ガン予防



せんりよくとうきゅう
全力投球

