



きゅうしょくだより

令和7年6月

6月15日は、栃木県民の日です。

昔栃木県は、宇都宮県と栃木県に分かれていました。
それを明示6年6月15日に統合して、今の栃木県がありました。
給食では、「栃木県民の日」の献立として6月13日に栃木県でとれる食材を取り入れました。

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」

6月4日は、噛み応えのある食材や丈夫な歯を作る上で欠かせない栄養素を含んだ食材を使用した献立になっています。

かむことの効果

- ①消化を助ける
- ②脳の働きをよくする
- ③むし歯を防ぐ
- ④肥満を防ぐ



よくかむと、体によいことがたくさんあります。食事の時には、しっかりかんで食べるようにしましょう。

夏場に起きやすい

食中毒に注意！



最近の食中毒発生状況を見ると、ノロウイルスの影響で、冬場の発生件数が非常に多くなっています。ただし、夏場は細菌性の食中毒が多く発生しますので、油断は大敵。カンピロバクターやサルモネラ、腸炎ビブリオなどの細菌性食中毒は、食品中などで菌が増殖していつたり、細菌から毒素が発生したりして起こります。

予防のためには、食事や調理の前や動物と遊んだ後には石けんでしっかり手を洗う、調理の時には食品を十分に加熱する、生肉は食べないなど、日ごろから気をつけるようにしましょう。

