



令和7年6月2日
豊島区立仰高小学校

衣替えも終わり、梅雨入りももうすぐ。手洗いなど身の回りの衛生には十分に気をつけましょう。また6月は食育月間、6月4日からは歯の衛生週間も始まります。食べ物の入り口になる歯と口の健康は体全体の健康にもとても密接なつながりがあります。

かむって、こんなにすばらしい

よくかんで食べると、食べ物の栄養が吸収されやすくなるだけでなく、体や心にとてもいいことがたくさんあります。



きおくをよく、たか
記憶力を高める!



リラックスできる!



ばよぼう
むし歯を予防する!



たす
食べ過ぎを防ぐ!



ひょうじょう ゆた
表情が豊かになる!



しょうか きゅうしゅう
消化・吸収をよくする!



はなら はっせい
歯並びや発声がよくなる!



うんどうのうりよく
運動能力を
フルに発揮できる!

給食で使用している食材の産地について

(先月使用した食材の産地です)

小松菜…群馬、茨城、埼玉
人参…静岡、徳島、長崎、千葉
玉ねぎ…佐賀、北海道、香川
じゃが芋…鹿児島、長崎、千葉
キャベツ…茨城、愛知、千葉
長ねぎ…東京、千葉、茨城
もやし…栃木

豚肉…茨城、群馬、埼玉、千葉
鶏肉…宮崎
牛乳集乳エリア…千葉
お米…千葉県産 「ふさこがね」
秋田県産 「あきたこまち」