

6月4日から10日は、『**歯と口の健康週間**』でしたね。**1.2.3**
 よくかんで食べるといいことがたくさんあります。**30回**
 よくかんで食べる習慣にしていきましょう。



かみかみ **3** 択クイズ

レベル★=かんたん
 レベル★★=ちよつとむずかしい
 レベル★★★=とてもむずかしい

Q1 **レベル★★★**
 かたい食べ物ばかり食べていた弥生時代の女王・卑弥呼は、1回の食事で何回かんでいた？

① 約39回
 ② 約390回
 ③ 約3900回

Q2 **レベル★**
 かめばかむほど口の中に出てくるだ液には、どんな役割がある？

① 菌を増やす
 ② 虫歯をふせ防く
 ③ 消化を悪くする

Q3 **レベル★★★★**
 どんな食べ物を食べるとだ液が多く出る？

① 水分が多い食べ物
 ② 水分が少ない食べ物
 ③ やわらかい食べ物

Q4 **レベル★**
 よくかむと、体のどこの働きが活発になる？

① 脳
 ② 目
 ③ 足

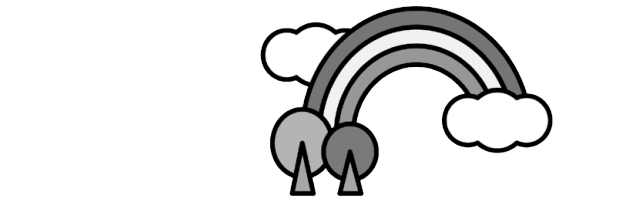
Q5 **レベル★★**
 かむ回数を増やすには、どんな食べ方が良い？

① 水分をとりながら食べる
 ② 料理を細かく切って食べる
 ③ かたさの違う具と一緒に食べる

答え Q1=③ Q2=② Q3=② Q4=① Q5=③ (食材は大き<切り、いろいろな種類を組み合わせてかむ回数が増える)

ながくての給食

令和5年度 1学期号



学校生活にも慣れてきた小学一年生。給食当番もしっかりできるようになってきました。新型コロナウイルス対策のための黙食(黙って食べる)が緩和され、給食時間がより楽しい時間になることを願っています。

今月は、『食育月間』です。この給食だよりを親子で一緒に見ていただき、ご家庭でも話題にしていただけると嬉しいです。

長久手市立長久手給食センター

今年も「あいちを食べる学校給食の日」がやってきます。

お家の人と一緒に読もう。

47分の

8/47

6月20日(火)の学校給食には、愛知県産がいっぱい!!

学校給食のお米は、1999年から100%あいちのお米です。国が定めた栽培の際の農業基準をしっかりと守り、使った農薬や肥料の情報を、きちんと記録管理したお米だけを採用しています。また、品質だけでなく、異物が入っていないか、水分が多いか少ないかなど、国の法律に従って検査したお米だけを、学校給食に使っています。
(愛知の農業 2022 より)

ごはん
牛乳
長久手野菜のカレーライス
愛知の野菜サラダ
ミニトマト
蒲郡みかんゼリー

長久手野菜のカレーライスには、ズッキーニを使います。
ズッキーニは、今年も長久手市産のものを使います。
川井恵介さんや小倉圭子さんたちが作ってくださったものを予定しています。
どのように作られているのか調べてみるのも楽しいですよ!

川井恵介さん 小倉圭子さん

この数字は、何を表していると思いますか?
「47」といえば、全国の都道府県数。では「8」は?
これは、愛知県の農業産出額の順位です。(農林水産省令和元年農業産出額及び生産農業所得)
愛知県は、自動車産業を中心とした工業県のイメージが強くありますが、農業に関しても全国有数の地域であり、産出額が毎年トップ10に入るほどの農業県です。
愛知県の農業の特色のひとつは、ビニールハウスなどを使用した施設園芸が盛んであること。そのため、農家1戸あたりの耕作面積が狭いわりに販売金額が大きく土地生産性が高い農業を実現しています。
— JA あいち経済連 HP「あいちの農業」より —

25+

- No.1 キャベツ
- No.4 トマト
- No.1 大葉
- No.2 ブロッコリー
- No.3 カリフラワー

トップ10 ランキングが勢ぞろい
あいち産農畜産物の産出額は、日本一を誇る野菜としてキャベツや大葉など、トップ10に入る品目が勢ぞろい! その数は25品目以上に渡ります(令和元年花・畜産物の品目を含む)。
— JA あいち経済連 HP「あいちの農業」より —

EAT MORE AICHI PRODUCTS
いいともあいち運動

- 県内の消費者と生産者が今まで以上にいい関係になる
- Eat more Aichi product (イート モア アイチ プロダクツ) = もっと愛知県産品を食べよう (利用しよう)