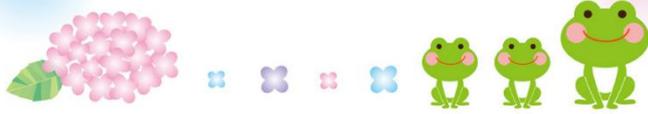




令和7年度 あゆみ保育園

# 6月給食だより

園長 江郷 勝哉  
給食 丹生 佳奈



## 6月4日は虫歯予防デーです

今月の給食目標

### 歯の大切さを知る

○虫歯と食べ物の関係、よく噛むことの大切さを知る。

6月の行事予定

11日(水) お誕生日会

お誕生日のお祝いメニューを提供します。

### 【ICクラス 変更メニュー】

6/3(火) ピーマンのツナ詰め焼き  
→ピーマンとツナのオープン焼き

6/11(水) 五目おこわ→五目ごはん



### 【6月のブックメニュー】

6/19(木)「フライパンダ」の  
「パンダハンバーグ」を  
提供します。



- ひ 肥満の防止
- み 味覚を発達させる
- こ 言葉の発音が良くなる
- の 脳を発達させる
- は 歯の病気を予防する
- が がんを予防する
- いー 胃腸の働きを良くする
- せ 全力投球・全身の体力向上



## まごわやさしいでバランスのよい食事を!

「まごわやさしい」は、和の食材の頭文字をとった言葉。「まめ、ごま、わかめ、やさしい、しいたけ、いも」の7種類の食材をまんべんなく取り入れることで、健康的な生活を送れるといわれています。



### 【子どものむし歯予防の5つのメリット】

子どものうちから、しっかりむし歯予防をすることで、メリットがたくさんあります。

子どもの歯(乳歯)にむし歯がなければ、おとなの歯(永久歯)がむし歯になる確率が減ります。

子どもの歯(乳歯)がむし歯になることを防ぐことで、歯並びが悪くなることを防ぎます。

むし歯予防の一つである「規則正しい食生活」を行うことで、むし歯予防だけでなく、心と身体の健全な成長発育にとってもいい影響を与えます。

成人疾患の一つである歯周病予防にも大変有効です。

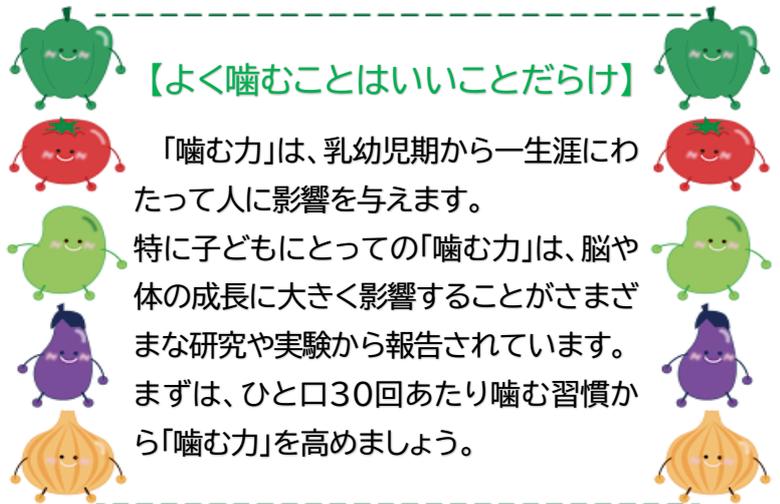
きちんとした知識が身につけられ、おとなになってもご自身の歯でおいしく食事をする事が出来ます。



### 【よく噛むことはいいことだらけ】

「噛む力」は、乳幼児期から一生にわたって人に影響を与えます。

特に子どもにとっての「噛む力」は、脳や体の成長に大きく影響することがさまざまな研究や実験から報告されています。まずは、ひと口30回あたり噛む習慣から「噛む力」を高めましょう。



\*おたよりを紙媒体で欲しい方は、事務所までお越しください。また、おたよりは園のホームページにも記載しております。