



平成26年6月号

宇都宮市立鬼怒中学校

6月 June
水無月（みなづき）

今年も学校の畑とグリーンカーテンの活動が始まりました。
たくさん収穫できたら、給食にも登場します。

秋に食べよう！！ 鬼怒中学校の『さつまいも』

5月30日（金）放課後

1年生の緑化委員・環境整備委員が技術室北側の畑に「さつまいも」の苗を植えました。



うねの上に苗を植えるための溝を作ります



苗を植えます



土をかぶせます



最後に水をたっぷり与えます

夏を涼しく、美味しく！ 鬼怒中学校 グリーンカーテン「ゴーヤ」

6月5日 放課後 緑化委員が「ゴーヤ」の苗を植えました。



苗を植えます



土をかぶせ、根本をおさえます



支柱を立てて、つるを巻きつけます



最後に水をたっぷり与えます

6月は「食育月間」です。

バランスよく食事をとって、勉強も運動もがんばれる体を作りましょう。

「夢の給食」の献立作成中！

5月に実施した「食事マナーアップ週間」の各学年のテーマで、各クラスの給食委員が中心となり、「夢の給食」の献立を作成しています。

6月中に、各学年の献立を決定し、夏休み明けの給食に登場します。

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。

「よくかんで食べること」で、料理をよく味わうことができ、ごはんをゆっくりかむと、お米の甘味をより感じることができます。さらに、「よくかんで食べること」は、あごの発育や、むし歯の予防、肥満の予防などに効果があります。

毎日の食事をおいしく食べるためにも、楽しく会話するためにも、健康な歯が必要です。栄養バランスのとれた食事と食後の正しい歯みがきで、むし歯や歯周病を予防しましょう。

食事の前には、石けんで手をていねいに洗いましょう。

梅雨に入り、気温も湿度も上昇してきます。食中毒をひきおこす菌やウイルスにとっては快適な季節です。

食事の前には、石けんでていねいに手を洗い、食中毒を予防しましょう。



6月5日、1年生の「歯の健康教室」が開催されました。給食でも、かみごたえのある、「ししゃものからあげ」「まんてん大豆」のメニューにしました。

