

# 給食だより



令和8年5月27日  
西東京市立田無第三中学校

## 未来へつながる「食」を考えよう

生きていくのに欠かせない「食べる」こと。毎日、元気に生き生きと暮らすためには、何をどのように食べるかがとても重要です。これからも安心して食料を得られるように、未来へつながる「食」について考えていくことも大切です。食べることを見直し、できることから取り組んでみましょう。

6月は  
食育月間



### ●自分の健康のためにできること

<p>朝ごはんを 食べる</p>	<p>よくかんで 食べる</p>	<p>塩分の とり過ぎ に注意</p>
----------------------	----------------------	-----------------------------

### ●食の未来のためにできること

<p>食べ物は何からできているか どこから来るのか知る</p>	<p>地域でとれたものや 環境に配慮した食品を選ぶ</p>	<p>食品ロスを 減らす</p>
-------------------------------------	-----------------------------------	----------------------

## 給食月間目標ポスター

4月の給食月間目標

協力して  
給食準備に  
とりかかろう

給食委員会  
3A

5月

マスクをかばんに  
入れておこう

給食委員会  
3-B

3年C組  
給食委員会

六月の給食月間目標

歯や骨のもととなる  
カルシウムを取ろう

給食委員会作成の給食月間目標ポスターです。6月4日～10日は『歯と口の健康週間』です。牛乳・小魚・青菜・海藻など、カルシウムを多く含む食品を、好き嫌いせず食べましょう。