給食だより

7月

岩沼市立岩沼北中学校
令和５年６月３０日
文責　栄養士　本田　薫

暑い夏は、汗を多くかくので体の水分が失われやすくなります。特に体育や部活動でスポーツ活動をするときには、熱中症にならないように注意する必要があります。梅雨明けなど急に暑くなったときも要注意です。

熱中症を予防するには、しっかりと睡眠をとり、朝ごはんを必ず食べること、こまめに水分補給を行うことが肝心です。

参考：文部科学省　中学生用食育教材『「食」の探究と社会への広がり』

6月の給食時間と食育活動

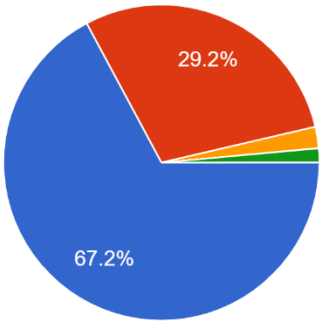
6/6(火)の歯科検診に合わせて「歯と口の健康」について、2年生を対象に指導を行いました。

2学年では、6/23(金)と 6/30(金)に「給食の献立作成」の授業を行いました。献立は掲示し、選考を行います。みんな一生懸命取り組みました。

6月の「食育月間」にあわせて「給食アンケート」を実施しました。96%の生徒が「給食が好き」または「どちらかというと好き」と回答しました。給食アンケート結果について一部紹介します。詳細は、北中ホームページに掲載しますのでご覧ください。

1　給食は好きですか

137 件の回答



実施日：6 月14日（水）
対象：全校生徒