



きゅうしょくニュース



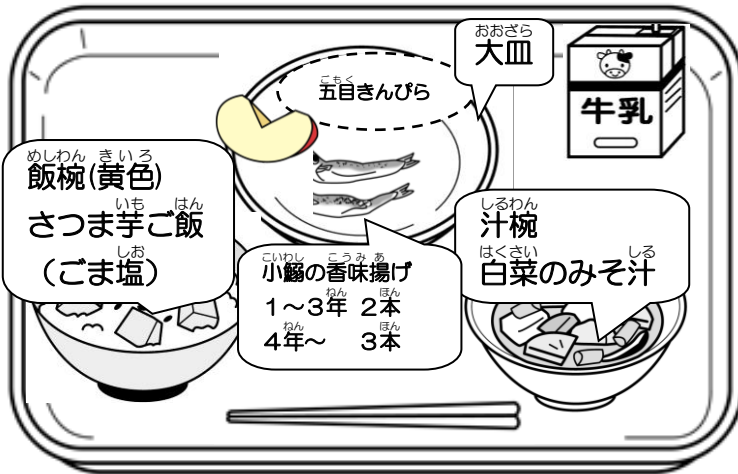
よく味わって食べよう

令和7年10月23日 木曜日

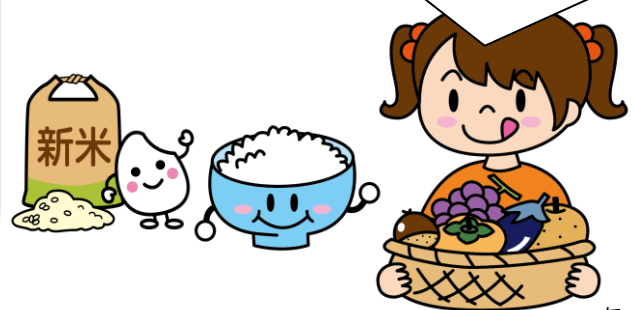
2年生道徳「かむかむメニュー」



二十四節気「霜降」



霜降は、秋の最後の節気。文字通り「霜が降りるころ」を意味します。霜降の前は寒露でした。晩秋の寒さで露ができていたところが、寒くなることによって、いよいよ霜がはじめるころです。新米をはじめ、たくさんの食べ物が旬を迎えます。



2年生の道徳にでてくる「かむかむメニュー」、よくかんで食べることが体によいことを学習したのにもかかわらず、よくかまずに食べてしまった男の子のお話です。

よくかんで食べたり、かみごたえのある食材を食べたりすると、歯やあごを強くするだけではなく、虫歯を防いだり、脳の働きが活発になって記憶力がアップしたりします。

今日から、二十四節気の「霜降」なので、今が旬のさつま芋、片口鯛（小鯛）、ごぼう、れんこん、白菜、りんごなどを取り入れつつ、かみごたえを意識した献立にしました。

よくかんで、旬の食材を味わいましょう♪

☆今日の給食に使っている千葉県産の食べ物☆

米 牛乳 片口鯛 さつま芋 船橋市産→小松菜

