

6月食育だより

2025年



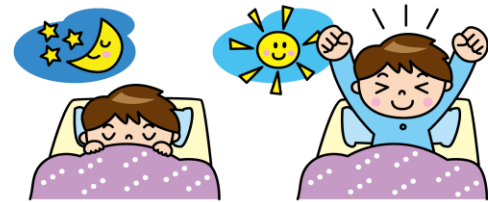
食は生きる上での基本です

「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育む」ことを目的に、平成17（2005）年6月に「食育基本法」が制定され、国を挙げて「食育」に取り組むことになりました。食育基本法の制定から今年で20年。

今、若い世代の朝食欠食率の高さ、栄養バランスの偏り、食料自給率の低下と食品ロスが増加といった問題など生じています。まずは身近なことから「食育」を推進していきましょう。

家庭では、こんなことに取り組んでみませんか？

◆早寝・早起き・朝ごはん、規則正しい生活リズムを身につけましょう



◆家族みんなで食卓を囲み、食事を楽しみましょう



生産者との交流会

給食センターに野菜を納品して下さる生産者の中野耕太郎さん、竹内賢治さん、宮田愛未さん、JA兵庫六甲猪名川営農支援センターの和田隆佑さん、磯野翼さんが子どもたちへ夏野菜の栽培について教えてくれました。今年は猪名川幼稚園、楊津小学校、松尾台小学校、白金小学校で実施しました。

ミニトマト、大玉トマト、なす、オクラ、きゅうり、甘長とうがらし、ピーマン、ズッキーニなどを植えました。



猪名川幼稚園 すみれ組



楊津小学校2年生



白金小学校2年生

衛生に気をつけよう

食中毒予防三原則

①つけない

料理をするときや食べる前にはせっけんでよく手を洗う。



②ふやさない

料理を室温のまま長時間放置しない。

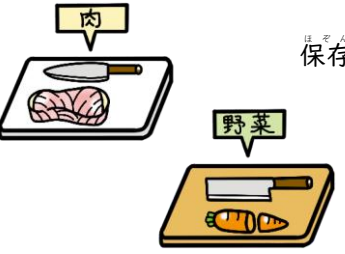


③やっつける

生で食べるもの以外は十分に加熱してから食べる。



肉の生焼けにはとくに注意しましょう。



保存するときは小分けにして素早く温度を下げる



かむってすごい！

