

# 6月食育だより

2024年



## 毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」 「食べる力」=「生きる力」を育みましょう

生涯にわたって、心身ともに健康で生き生きとくらし  
いくために、あらゆる世代の人が「食べる力」を身につけ  
る必要があります。特に子どもたちに対しては、健全な心  
と体を培い、豊かな人間性を育てていく基礎となる「食  
育」を家庭・学校・地域が連携し、推進していくことが重  
要です。

### 食育とは…

(食育基本法・前文より)

- 生きる上での基本であって、知育・德育  
および体育の基礎となるべきもの
- さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」  
を選択する力を習得し、健全な食生活を実践する  
ことができる人間を育てること

### 食育で育てたい「食べる力」

<p>1 心と身体の健康を維持できる</p>	<p>2 食事の重要性や楽しさを理解する</p>	<p>3 食べ物の選択や食事づくりができる</p>
<p>4 一緒に食べたい人がいる(社会性)</p>	<p>5 日本の食文化を理解し伝えることができる</p>	<p>6 食べ物やつくる人への感謝の心</p>

### ライフステージ別に見る食育の取り組み

<p>乳幼児期</p> <p>食べる意欲の基礎をつくり、食の体験を広げる</p>	<p>学童・思春期</p> <p>食の体験を深め、自分らしい食生活を実現する</p>	<p>青年・成人期</p> <p>健全な食生活を実践し、次世代へ伝える</p>	<p>高齢期</p> <p>食を通じた豊かな生活の実現、次世代へ食文化や食に関する知識や経験を伝える</p>
--	--	---	--

## 生産者との交流会 in 白金小学校2年生

学校給食では7つの目標があります。その中に「食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。」「食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。」があります。給食センターに野菜を納品して下さる町内生産者の中野耕太郎さんとJA兵庫六甲猪名川宮農支援センターの和田隆佑さんが子どもたちに野菜の育て方を教えてくれました。生産者と交流することで、感謝の心や、食事の楽しさに繋がることをねらいとしています。



オクラ、なす、ししとうを植えたよ



水やりは葉ではなく周りの土にかけます。人間と同じで苗も喉が渇いているので、午前中に水をあげましょう。



花が咲いた後、なすの実がなります。最初の花を切ることで、茄子の苗を大きく育てることができます。

なすは最初の花を切ります。

## 給食時間 in つつじが丘小学校1年生

1年生の給食が始まり、1か月が経ちました。給食時間は、給食当番さんが毎日頑張ってくれています。苦手な食べ物にも挑戦している児童がたくさんいました。



牛乳を配っています



じゃがいものそぼろにがおいしかったよ!