



食育だより

毎年6月は「食育月間」です！

「食育」で生きる力を育もう

生きていく上で欠かすことのできない「食べること」。生涯にわたって健康で心豊かに暮らしていくためには、子どものころから、食に関する知識を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことが重要です。毎年6月は国が定める「食育月間」です。よりよい食生活を目指して、できることから取り組んでみませんか？

◆「食育基本法」では、「子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である」と明記され、食育を「生きる上で基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの」と位置付けています。



家庭で取り組みたい「食育」

| | | | |
|-----------------|-----------------|-------------------------|------------------|
| <p>朝ごはんを食べる</p> | <p>家族で食卓を囲む</p> | <p>一緒に食事の支度を する</p> | <p>わが家の味を伝える</p> |
|-----------------|-----------------|-------------------------|------------------|

「食育」とは？
 生きるための基本であり、知育・徳育・体育の基礎となるべきもので、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出来る人間を育てることです。



夏野菜を育てています！

4月にらいおん組（年長）の子ども達がきゅうり・トマトの苗を植えました。子ども達は水やりをしたり、観察をして、野菜が育つのを楽しみにしています。収穫した野菜は給食に使用したり、7月下旬にはらいおん組がクッキングをして午後おやつにみんなで食べる予定です(^_-)☆

