

ランチタイムズ



大石小学校
令和4年6月

6月は食育月間です！



平成17（2005）年に食育基本法が制定されました。毎月19日は、「食育の日」、そして6月は「食育月間」となっています。健康は一生の宝物。食育は、その環境づくりに大きな役割を果たします。学習指導要領でも学校全体で食育をしていくことが明記されています。給食時間をはじめ、さまざまな授業で取り組みが行われています。ご家庭でも是非ふだんの食生活を振り返る機会にして頂けたら幸いです。

食育月間

ふり返ってみよう！
毎日の
食生活



1 朝、昼、夕の3食をしっかり摂っていますか？



2 好ききらいをしないで食べていますか？



3 できるだけ家族そろって食卓を囲むようにしていますか？



4 食事の準備や後片付けをお子さんと一緒にされていますか？



5 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか？



6 家庭や地域で受け継がれてきた料理を大事にして食べていますか？



7 食品を買うときには、表示をよく見えていますか？

給食室から

梅雨入りから残暑明けまでは、給食室にとって1年の中で最も緊張する時期です。ふだんにも増して衛生管理を徹底し、細心の注意を払いながら調理をしていきます。

児童が持参する給食着、ハンカチ、マスク、ランチョンマット等にはこの時期、とくに目を配り、衛生状態をご確認いただけますようお願いいたします。



ねんせい せいかつか しょくいくじゅぎょう 1年生の生活科での食育授業

～おいしいしょうの きゅうしょくをしよう!～



おお
大きなザルとへらを
も
持つ体験をしました
た。

きゅうしょくつ なか しょうかい
給食室の中を紹介
しました。



ねんせい がっきゅうかつどう しょくいくじゅぎょう 3年生の学級活動での食育授業

～魚の大切さをしよう!～



魚の頭からしっぽ
まで食べられる魚
は、歯や骨を強くす
るカルシウムがたく
さんあるよ。

