

食育・給食だより

いただきます

平成29年6月19日
川村町立学校給食センター
栄養教諭 山崎美奈

毎年6月は 『食育月間』

毎月19日は 『食育の日』

食育とは…生きる上での基本です。知育・体育・心育の基礎となるものです。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人間を育てることが求められています。生涯にわたり、生き生きと暮らしていくためにとても大切です!!



毎年6月の食育月間とおわせて、毎月19日の食育の日(19日)で継続的に食育を行うことで、食事のマナーや食に関する知識を広く定着させようという目的です。

学校においても教育活動全1本の中で「食育」を推進していますが、毎日の暮らしの中で家庭においても食生活に気を配り、子どもたちの食育を行っていただくことがとても大切です。

はしの手持ち方や使い方、正しい西皿着やマナー、食材や調理法の知識や食べものを大切にすること、そして楽しい人と楽しく食卓を囲む1本馬など家庭の食卓は、食育の宝庫です! ご家庭でも食や健康を気にし、身近なことから「食育」にとりこんでみてください。

食育月間、ご家庭でもこんなことに取り組んでみませんか?

- あいさつをいつもよりいじこめて言ったり...
- 正しい西皿を着たり...
- 食事や準備や片付けをてつだってみたり...
- おうちの人と一緒に楽しいものを食べたり...
- おうちで楽しく食事をしたり...

☆食べることは生きること ☆楽しく食べて元気にすごそう☆

食育の日には...

給食では今年度、県内各地の郷土料理等を、食育の日に出す予定にしています。

4月 浦上そば (長崎市)

5月 さびなご料理 五島三菜の含め煮 (五島市)

6月 皿うどん (長崎市)

5月より、栄養教諭が各学級を給食日時別に言方説明する、言方説明給食指導がスタートしました。食に関する指導をしたり、一糸者に会食したりしています。

- 中学1年生：朝ごはんについて
- 小学1年生：正しい食器の並べ方について
- 小学2年生：正しい食器の持ち方

の話をしています。ぜひご家庭でも話をしてみてください。朝ごはん・マナーはご家庭の力が不可欠です。

給食指導がスタートしました