

たべものきょうしつ



令和7年6月17日
可也小学校
文責 出利葉

6月は食育月間、19日は食育の日です

食育とは、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力を育むことです。食育は、生涯にわたって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ります。この機会に、「食育」について考え、実践してみましょう。

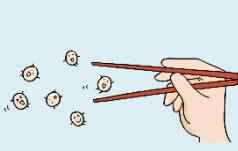
「食育」について考え、実践しましょう

「食事の“時間や栄養”について一緒に考える」「和食を意識して食卓に取り入れたり、話題にしたりする」「一緒に食材の買い物に行く」等、ささいなことでも、食育になります。ぜひご家庭で、お子様と「食」について考えてみましょう。毎日の給食の献立を、ご家庭で話題にするのもいいですね。

食器の並べ方



はしのもち方



茶わんのもち方



食事のあいさつ



日頃の食事のマナーを考えてみましょう

残さず食べる



食べものや食に関わる人に
感謝しましょう

糸島の食材を味わいましょう!



豊かな自然に恵まれている糸島は、おいしい食材がたくさんあります。糸島の食材を選ぶことは、住んでいるまちを応援することにつながります。また、収穫してからの輸送距離が短くなるため、より新鮮な状態で手に入り、環境にもやさしい食材となります。

給食のお米はすべて糸島産のお米です。野菜は「井田原有機農業栽培研究会」という生産者グループや志摩の四季などから新鮮な野菜や果物を納めてもらっています。これから、ピーマンやきゅうり、オクラ、ズッキーニ、かぼちゃ、トマトなど、たくさんの夏野菜が糸島で収穫されます。糸島の食材を意識して取り入れ、味わってみませんか。



家族みんなで食べる食事は、
あったかい気持ちになるね!

24kgの小松菜を使った
「小松菜のじゃこいため」



61kgのじゃがいもを使った
「じゃがいものそばろ煮」
糸島がいっぱいおいしいね!

家族で一緒に味わいましょう!

家族で食卓を囲み、食事をとりながらコミュニケーションをとる“**共食**”は、子どもが「食の楽しさ」を実感し、心の豊かさにつながります。また、食事のマナーや正しい食習慣を習得する場にもなります。家族や友達と一緒に食事をする時間を、大切にしましょう。