



R7.6

やつしろしせいぶがっこうきゅうしょく
八代市西部学校給食センター

ぶんせき 文責
みやもと 宮本



6月は食育月間です

毎月19日は「食育の日」、毎年6月は「食育月間」です。今日は、それぞれの「食」を見直し、その大切さについても改めて考え、身近なことから意識して取り組んでみましょう！



ふり返ってみよう! 毎日の食生活 いくつできているかな? パーフェクトを目指そう!	① 朝・昼・夕の3食を しっかり食べる	② 好き嫌いをしないで 食べる	③ 「いただきます」 「ごちそうさま」 のあいさつ をする
④ おうちの人と一緒に 買い物に行く	⑤ 食品を買うときには 表示をよく見る	⑥ おうちの人と一緒に 料理をする	⑦ 食事の準備や片付けを 手伝う
⑧ クラスやおうちの人と 楽しく食事をする	⑨ 家庭や地域で大事に 受け継がれてきた 料理を食べる	⑩ おうちの人と 「食育だより」を読む	⑪ 野菜を育てるなど食に 関わる体験活動をしている

「食育月間」の取組として、給食センターでも指導資料を作成し、各学校・園に配付しました。
ご活用いただいたと思いますが、いかがでしたか?

