

家庭数配付

# 食育だよい

令和6年6月27日発行



鴻巣市立鴻巣中央小学校

## 6月 は 食育月間 です！

今月は「食育月間」です。ご家庭で、みんなで食卓を囲むことによって、子どもたちが食事の楽しさを実感できます。また、はしの持ち方やあいさつなどのマナーや、地域の郷土料理や季節の料理などの食文化を伝える機会にもなります。

食育とは、さまざまな経験をとおして「食」に関する知識とバランスのよい「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践できる力を育むことです。食べることは生涯にわたって続く大切なものです。

### 食育って何？

みんなで一緒に食事してる？

朝ごはんちゃんと食べてる？



食べる時、あいさつしてる？

食事お手伝い、してる？

### 食育で身に付けること

食べ物を大事にする  
感謝の心



好き嫌いしないで栄養  
バランスよく食べること



食事のマナーなどの  
社会性



食事の重要性や  
心身の健康



安全や品質などの  
食品を選択する能力



地域の産物や歴史などの  
食文化の理解



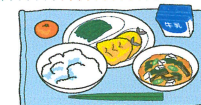
## ランチパーティーを行いました！

6月12日（水）にランチパーティーを行いました。暑さが厳しかったので、室内での実施となりました。児童は、クラスで自分のお弁当箱におかずを詰め込みました。

青組はアトリウム、赤組、黄色組は体育館に分かれて、ランチパーティーをしました。異学年と交流ができ、とても有意義な時間となりました。お弁当箱のご協力ありがとうございました。次回は11月のおむすびの日を予定しています。



### おうちで スクールランチ！



【材料：4人分】  
 食パン 厚切り4枚  
 バター 大さじ2  
 はちみつ 大さじ2  
 レモン果汁 大さじ1  
 グラニュー糖 小さじ2

【はちみつレモントースト】  
6月20日（木）実施しました



#### 【作り方】

- ①バター、グラニュー糖、はちみつ、レモン果汁を混ぜ、パンに塗りやすいかたさにする。
- ②パンに①を塗り、オーブントースターで焼く。



←この日のポークビーンズは6年生が育て収穫したじゃがいもを使用しました。

