

～6月は食育月間～



食育とは、「生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるべきものであり、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人間を育てること（食育基本法より）」です。生涯を通して健康な心身を育む上で、「食べること」は何より大切です。御家庭でも、できることから「食育」に取り組み始めてみてはいかがでしょうか。



ご家庭では、こんな「食育」を！

- 家族で食卓を囲みましょう
- 一緒に食事の支度をしましょう
- 「早寝・早起き・朝ごはん」で生活リズムを整えましょう
- 地域に伝わる郷土料理や行事食を取り入れましょう
- 家庭菜園や農業などを体験する機会を持ちましょう

そら豆のさやむき

5月9日、1年生がそら豆のさやむき（生活科）を行いました。初めて体験した子も多かったようですが、さやの外側や中のわたの手ざわり等を感じながら、みんなとても上手にさやから豆を取り出していました。むいた豆は、給食室で調理し、給食でおいしくいただきました。



そらまめさんのベッド（さや）ふかふかー



1年生のみなさんおてつだいありがとう。

4こも入ってた！



じょうずにむけたよ！

まかせてください！



おいしく調理してください。