



与勝調理場 Tel : 098-978-3522

令和7年度6月ハッピーランチ

食育の目標：食育について考えよう



6月は入梅といって日本各地で梅雨に入る時期となり、湿気が多く、じめじめと感じやすい季節です。湿度が高いと、汗が蒸発しにくく、体の熱さが逃げにくいために熱中症のリスクが高まるそうです。これから暑さが本番を迎えます。6月も「早寝・早起き・朝ごはん」の生活リズムを大切にしていきたいと思います。

「食育基本法」制定から20年



食は生きる上での基本です

世界有数の長寿国である日本ですが、栄養の偏りや不規則な食事による生活習慣病の増加をはじめ、食の安全上の問題、海外への食の依存など、さまざまな問題を抱えています。そこで、「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育む」ことなどを目的に、平成17(2005)年6月に「食育基本法」が制定され、国を挙げて「食育」に取り組むことになりました。食育基本法の制定から今年で20年となりますが、食をめぐる新たな問題も生じており、より一層「食育」を推進していく必要があります。



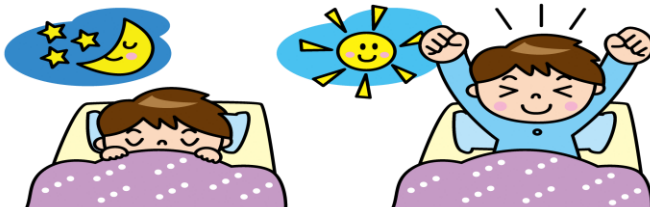
毎年6月は食育月間



家庭では、こんなことに取り組んでみませんか？

給食のことを話題にすることも食育です

◆早寝・早起き・朝ごはん、規則正しい生活リズムを身につけましょう



◆家族みんなで食卓を囲み、食事を楽しみましょう



「こどもの日」行事食の紹介 ～みなさんの健康と成長を願っています～



おお 大きなたけのこ



どんな切り方がいいかな

おいしくできました～



6月の行事食・特別献立

給食時間の放送（給食一ロメモ）で紹介します。

4日～10日 歯と口の健康週間によせて：献立によくかんで食べる食材やカルシウムの多い食品を取り入れています。

19日 食育の日によせて：毎月19日の食育の日は、地場産物を活用した献立や郷土料理を提供しています。

20日 慰霊の日(23日)によせて：今から80年前の戦争でたくさんの命が奪われました。給食から戦争のこと、戦後にどんな食べ物を食べていたのかを考え、知って、食べられることのありがたさや平和について考えてみましょう。