

「食に関わっていますか？」

6月は食育月間
10月はひょうご食育月間
毎月19日は食育の日

食材の
買い出し

食事作り

盛り付け

食器運び

お皿洗い

テーブル
拭き



- ・ 四季折々の旬を知ることにつながる
- ・ 食への意欲が芽生える
- ・ 食事の大切さや感謝の気持ちを持つことにつながる



食材の買い出しや食事作り、片付けなど、食に関わることで、四季折々の旬を知ることにつながったり、食への意欲が芽生えたり、食事の大切さや感謝の気持ちを持つことにつながります。

食は健康の確保だけでなく、マナーやコミュニケーション能力、協調性など社会生活を営む上で必要な土台作りとなるものです。子どもも大人も食に関わる機会を持ちましょう。

6月は食育月間。この機会に、「食」に関心を持ち、身近なことから取り組んでみましょう。