



沼田市学校給食センター  
TEL 25-3762

6月は食育月間です！



「食育月間」は、家庭、学校、地域、職場など社会全体で食育推進に取り組むために設けられた、食育の強化月間です。  
現在を生き生きと過ごし、生涯にわたって心も体も健康で、質の高い生活を送るために、「食べること」を少し考えてみませんか？

## 食育とは・・・

食育は、生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるもので、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する能力を習得し、健全な食生活を実現することができる人間を育てることです。



近年、偏った栄養摂取、朝食欠食など食生活の乱れや肥満・痩身傾向など、子どもたちの健康を取り巻く問題が深刻化しています。

子どもたちの学力低下・体力低下にも関係しています！

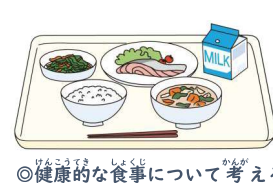
こうした問題を解決する重要な役割を果たすのが食育です。学校では、6つの食育の視点を持って、給食時間や教科等、様々な場面で食育を行っています。

## ★学校の食育の視点★



|                                  |                                     |                                  |
|----------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------|
| <p><b>1 心と体の健康を維持できる</b></p>     | <p><b>2 食事の重要性や楽しさを理解する</b></p>     | <p><b>3 食べ物の選択や食事づくりができる</b></p> |
| <p><b>4 一緒に食べたい人がある(社会性)</b></p> | <p><b>5 日本の食文化を理解し伝えることができる</b></p> | <p><b>6 食べ物やつくる人への感謝の心</b></p>   |

## 家庭でも食育に取り組もう！



◎誰かと一緒に食事をする  
食事のマナーについて考える



◎食事の準備をする



◎食べ物を大切に作る

◎季節や地域の料理、地場産物を味わう



◎栽培や収穫を体験する

食に関することは、  
すべて食育につながります。  
家庭でもできることから  
始めてみましょう!!



見てみよう！

ぐんま食育ポータルサイト  
食育デジタル教材



## 「夏休み学校給食センター親子見学会」を実施いたします！

|     |                                               |
|-----|-----------------------------------------------|
| 日時  | 7月23日(火)<br>午前9時20分から正午(受付:9時から)              |
| 場所  | 沼田市学校給食センター(沼田市利根町大原1512番地1)                  |
| 対象  | 市内在住の小学1年生から中学3年生までとその保護者(未就学児の参加はできません。)     |
| 定員  | 15組(先着順) ※お申込みは7月1日(月)8時30分から7月12日(金)17時まで    |
| 参加費 | 1人200円(試食代)<br>※参加費は、当日受付でお払いただきます。           |
| 持ち物 | 飲み物、上履き、エプロン、マスク<br>髪ゴム(髪の長い方のみ。見学中は結んでください。) |



詳細については、沼田市のHP等ご覧ください。→  
親と子で、ぜひご参加ください！

