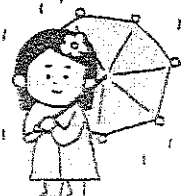




こんだてメモ

平成28年6月
福生市学校給食センター



6月は食育月間です!



食育って何だろう?

平成17年にできた「食育基本法」という法律には、食育について、以下のように書かれています。

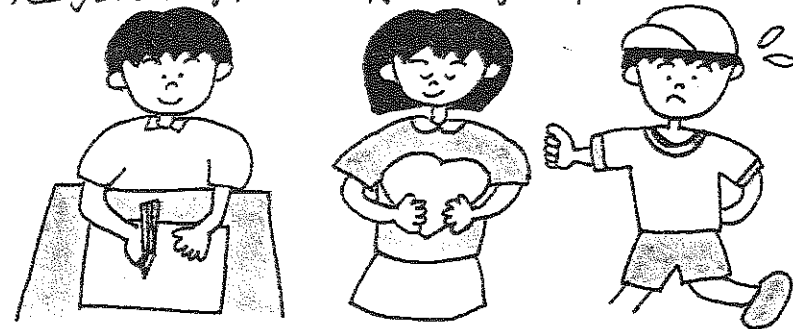
食育とは、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるものであり、様々な経験を通して「食に関する知識」と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することが出来る人間を育てること。

なんだか少し
むずかしいなあ...

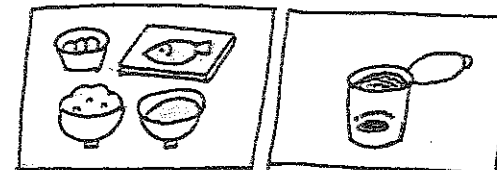
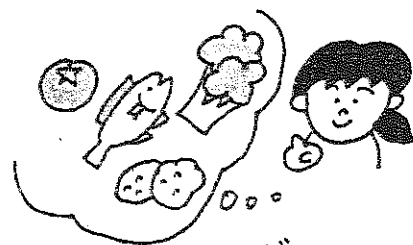


それでは、もう少しかんたんな言葉で言いかえてみます。

食育とは、みなさんが勉強したり、心を育んだり、体をきたえたり



する上での土台となるものであり、様々な経験をしながら、食べ物や栄養に関する知識や、健康に良い食事を選ぶ力を



△△△

身に付けた人を育てることなのです。

給食は「食育の生きた教材」です。

具体的には、以下のようなことを考えて献立を立てています。

- ① 地場産物(近くの地域でとれた野菜など)を使う。
- ② 旬の食材を使う。
- ③ 和食を多く取り入れる。
- ④ 健康に良い食事のお手本となるような献立にする。
- ⑤ 行事食(行事のときに食べる食事)を取り入れる。
- ⑥ 日本各地域の郷土料理(その土地で食べ継がれる料理)を取り入れる。