

# 6月食育だより

令和3年度 6月号

川口市立十二月田小学校

6月は「食育月間」です。食べることは生きるためにとても重要であり、健康で豊かな生活を送るために大切なことです。子供の時期に身についた食習慣は、心身の成長に大きな影響を与えます。この機会に食事のとり方や生活習慣について見直してみましょう。

**食卓をみんなで囲んで心を豊かに！**



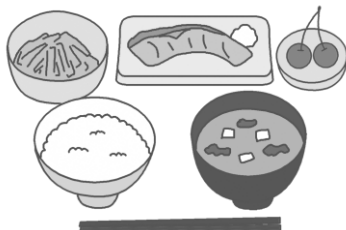
豊かな心と体を育む食育に関心をもち、食を通したコミュニケーションを大切にしましょう。

**食を通した環境の「環」を大切に！**



食は自然の恵みであることを認識し、持続可能な食料生産と消費を考えましょう。

**伝統的な日本の食文化・「和」を伝えよう！**



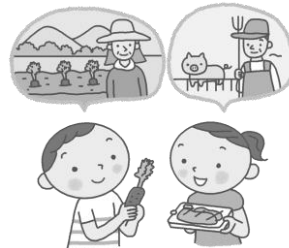
風土を生かし、先人が育んできた伝統的な地域の食文化を未来に受け継いでいきましょう。

**健康的な食生活を実践しよう！**



毎日、朝ごはんをしっかり食べるなど、日頃から望ましい食生活を実践し、身につけましょう。

**食を通し、人の「輪」を広げよう！**



食はさまざまな人の活動に支えられていることを理解し、感謝して食べましょう。

**自ら判断し、選ぶ力をつけよう！**



安全性を自ら判断でき、さらに環境にも配慮した食品を選んでいける力をつけましょう。