

# \* 給食だより \* 6月

毎月19日は食育の日  
入間市立藤沢東小学校

## 6月は食育月間です！～日々の“食べること”見直してみませんか～

6月は食育月間です。日本人の平均寿命は9年連続最長を更新しています。昨年度発表されたデータでは、男性が81.6歳(世界2位)、女性が87.7歳(世界1位)でした。医療の進歩で平均寿命が伸びていますが、元気に長生きできる寿命(健康寿命)を伸ばしていけるよう、子供のうちから食に関する知識を増やしてもらいたいと思います。忙しい毎日の中で常時意識することは難しいですが、食育月間にちなんでご家庭でもぜひ、食に関する話をしてみてくださいと思います。

**ご家庭では、どれくらい実践できていますか？**  **食育チェック!**

<input type="checkbox"/> ゆっくりよくかんで食べている。 	<input type="checkbox"/> 朝ごはんを毎日食べている。 	<input type="checkbox"/> 家族で食卓を囲んでいる。 
<input type="checkbox"/> 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をしている。 	<input type="checkbox"/> 体重を量り、食事量や運動に気をつけている。 	<input type="checkbox"/> 塩分のとり過ぎに気をつけている。 ひかえめに! 
<input type="checkbox"/> 地域や家庭で受け継がれてきた食文化を知っている。 	<input type="checkbox"/> 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている。 	<input type="checkbox"/> 非常時に備え、水や食品を用意している。 
<input type="checkbox"/> 食品ロス削減を意識している。 	<input type="checkbox"/> 環境に配慮した食品を選んでいる。 	<input type="checkbox"/> 農業や漁業などを体験する機会をつくっている。 

参考：農林水産省「第4次食育推進基本計画」(令和3年3月)、文部省・厚生省・農林水産省決定「食生活指針」(平成28年6月一部改正)

## 今年度の給食試食会について

1年生の保護者の方対象の給食試食会を、コロナ禍のため一昨年度より見合わせておりました。現時点では収束していませんが、開催のご要望をいただくことが増えたため、見合わせていた学年の保護者の方を対象に、以前より縮小して開催することとなりました。1・2年生の保護者の方へは2学期に詳細をお知らせいたします。

【開催日 ◎3年生:7月8日(金)】 【開催予定日 ◎2年生:11月18日(金) ◎1年生:11月30日(水)】

※宿泊学習等の児童の給食欠食日に、給食試食会の開催を予定しています。(食器等の余剰がないため)

※緊急事態宣言の発令等、状況によっては中止させていただく場合もあります。