



# 6月食育だより

令和7年5月28日  
上尾市立原市南小学校

## 毎年6月は「食育月間」です♪

生きていくうえで、「食べること」は欠かすことができません。生涯にわたって健康で豊かに暮らしていくためには、子供のころから、食に関する知識を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことが大切です。毎年6月は国が定める「食育月間」です。よりよい食生活を目指して、できることから取り組んでいきませんか？

### 食育で育てたい「食べる力」



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



○買い物や料理など、一緒に食事の支度をする



○家族や仲間と楽しく食卓を囲む



○地域の郷土料理や行事食を味わう



## 6月と11月は埼玉県「ふるさと学校給食月間」です。

給食で使用する食材では、できるだけ地元の食材を使用するようにしています。

- ☆精白米・・・埼玉県産「彩のかがやき」を使用しています。
- ☆パン・うどん・・・埼玉県産小麦粉「さとのそら」を30%使用しています。
- ☆みそ・・・埼玉県産大豆で作られた「彩花みそ」を使用しています。



6月から上尾市の地元の農家さん「七彩ファーム」さんで収穫された、旬の野菜を給食で使用していきます。6月は新じゃがと、にんにく、玉ねぎを給食に使わせていただく予定です♪地元の食材を使うことで、地産地消、SDGsにも貢献できますね。



七彩ファームさんの野菜は11日、16日、19日、25日の給食で使わせてもらうよ。

