



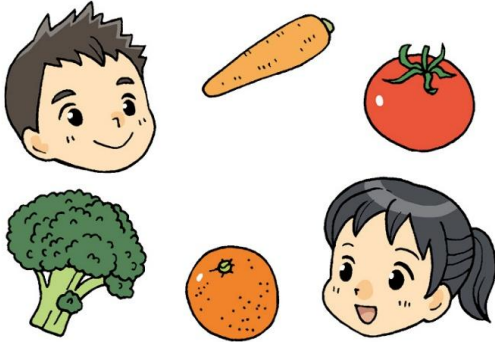
令和8年度

きゅうしょくだより6月



秦野市立末広小学校

6月は食育月間 「食育」ってなんだろう？



「食育」とは、食べ物や食事についての正しい知識と、栄養のバランスを考えて食品を選択する力を身につけて、健全な食生活を実践する力を育むことです。

誰かと一緒に食事をしたり、食品の収穫を体験したり、旬の食材を知ったりすることも食育の一環です。

©少年写真新聞社2026

食育で身につけたい6つの「食べる力」

1. 心と体の健康を維持できる



2. 食事の重要性や楽しさを理解する



3. 食べ物の選択や食事づくりができる



4. 一緒に食べたい人がいる



5. 日本の食文化を理解し、伝えることができる



6. 食べ物やつくる人への感謝の心を持つ



秦野市では「食育月間」のほか、毎月19日は「秦野市民の食育の日、家族そろって食べようDAY!」として食育啓発活動をしているよ！家族や友達と一緒に食事を楽しみ、コミュニケーションを深めよう♪

©少年写真新聞社2026

