

しょくいく

# 食育だより

令和8(2026)年6月 No.3  
大阪市立 小学校  
(発行：東淀川区栄養教職員)

保護者のみなさまへ

## 食の安全を考え、食育月間について知りましょう

食育とは、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践できる力を育むことです。食べることは生涯にわたって続く営みであることから、食育は生きる上での基本であり、子どもはもちろん大人にとっても大切です。ぜひこの機会に「食育ピクトグラム」を確認して、ご家庭でも「今日の給食はどうだった？」「給食はおいしい？」などの会話をしていきましょう。



毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です！



食育ピクトグラムとは、食育の取り組みをわかりやすく絵文字で表現したものです。

## できていますか？食中毒予防



6月は、じめじめと暑くなる日が続く、気温や湿度が高くなる時期です。この時期は食中毒が発生しやすくなるため、次のことに気をつけて予防しましょう。

- 食材を触るときは、必ず手を洗いましょう。
- 肉類や魚介類は、よく火を通しましょう。
- 冷蔵(冷凍)の必要な食品は、室温に放置せず、冷蔵庫(冷凍庫)で保管しましょう。
- 消費期限を確認し、期限内に食べましょう。



期限がまだ過ぎていない食材でも、一度開封した食材は、なるべく早く使いましょう。

「食育だより」は保護者やご家庭に食育を啓発していく資料です。