

しょくいく

# 食育だより

ほごしゃ みなさま  
保護者の皆様へ

れいわ ねん がつ  
令和8年6月

おおさか しりつきよえ しょうがっこう  
大阪市立清江小学校

がつ しょく いく げっ かん

## 6月は食育月間

まいとし がつ しょくいくげっかん まいつき にち しょくいく ひ  
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】…食育の取組をわかりやすく絵文字で表現したもの

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。ご家庭でも、「今日の給食はどうだった?」「給食はおいしい?」などの会話から食育が始まります。ぜひ、この機会に「食育ピクトグラム」を確認して、ご家庭での食育に取り入れてみてください。



### できていますか？食中毒予防

じめじめと暑くなる日が続く6月。気温や湿度が高くなる時期は、食中毒が発生しやすいです。食中毒は、ふだんから気を付けることで防ぐことができます。

- 手を洗わずに、食材をさわっていませんか？
- 肉類や魚介類は、よく火を通していませんか？
- 冷蔵や冷凍の必要な食品を、室温に放置していませんか？
- 消費期限や賞味期限を確認していませんか？

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。

