

6月は 食育月間です

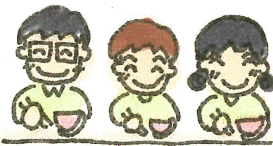
食育とは、『様々な経験を通じて、食に関する知識や選択する力を身につけ、健全な食生活を実践できる力を育むこと』です。

食育によって身につく力は、子供はもちろん、大人にとっても重要な力と言えます。

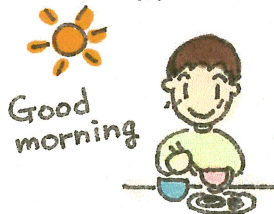
【問題】 次のうち「食育」に関係することがらはどれでしょう？

※ 答えは下部にあります。

1 みんなで楽しく
食べることに
関係すること



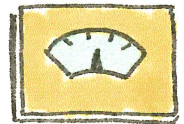
2 朝ごはんを
食べることに
関係すること



3 バランスよく
食べることに
関係すること



4 太りすぎややせすぎ
に気をつけることに
関係すること



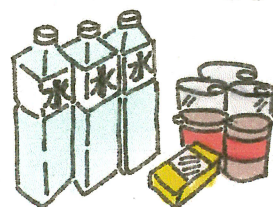
5 よくかんで食べる
ことに
関係すること



6 清けつに
気をつけることに
関係すること



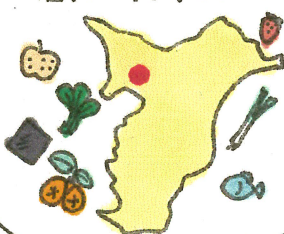
7 災害にそなえる
ことに
関係すること



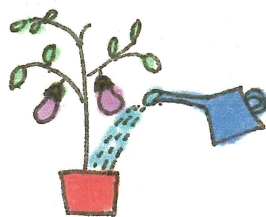
8 食べのこしを
なくすことに
関係すること



9 千葉県や船橋市の
産物に興味をもつことに
関係すること



10 野菜を育てることに
関係すること



11 和食文化を
知ることに
関係すること



12 みんなで食育に
ついて考えることに
関係すること



食育によって身に付けたい「食べる力」には、食事を通じて「心と身体の健康を維持すること」「食事の重要性や楽しさを理解すること」「食べ物を自分で選択し食事作りができること」「家族や仲間と一緒に食べる楽しさを味わうこと」「食べ物の生産の過程を知り感謝の気持ちを持つこと」などが含まれます。

これらは子供の頃から家庭や学校、地域など様々な場所で学び、身に付けていくものです。そして大人になってからも生涯にわたって実践し、育み続けます。

さらに大人には、そうした食の知識や経験、食文化などを「次世代に伝える」という役割もあります。

【答え】 全て