



くらし 食育だより

毎月19日は食育の日



倉吉市教育委員会
学校給食センター

6月は食育月間

毎月19日は「食育の日」、6月は「食育月間」です。私たちの暮らしを取り巻く様々な「食」について振り返ってみましょう。

家族の一員として
"お手伝い"を！

6月13日～19日は「倉吉食育ウィーク」



＜お手伝いで身に付く力＞ ★ 生活技術の基礎 ★ 親子のコミュニケーション
★ 家族の一員としての自覚 ★ 人を思いやる心 ★ 生きる力



日頃どんなお手伝いをしていますか？ □していきましょう。チェックの少なかった人は、自分にできることをしていきましょう。

- 食器の準備・はし並べ・後片付け
- 学校で使ったはし・水筒洗い
- 料理のもりつけ
- 料理運び
- 洗った食器をふく



- 野菜の皮むき
- 材料を切る
- お米をといで炊く
- 献立を考える
- 学校や地域で習ったおかずを作る



「SDGs」という言葉を聞いたことがありますか？SDGsとは、「持続可能な開発目標」のことで、2030年までに世界の様々な問題を、国際社会全体で解決していくための17の目標が定められ「誰一人取り残さない」ことを理念とした国際社会共通の目標です。この17の目標は、その性質ごとに5つに分類【1. 人間生活(People) 2. 豊かさ・繁栄(Prosperity) 3. 地球環境(Planet) 4. 平和(Peace) 5. 協働(Partnership)】することができます。一つの目標だけでなく、複数の目標を同時に考えることで目指す姿が想像しやすくなります。食べ物やきれいな水があり、衛生的な環境で健康的に暮らすことができる社会。一人ひとりが意識した行動をすることが目標達成につながっていきます。



今が旬の地元食材をクイズで紹介します！



クイズ：私はだれでしょう(プ●●●●●ロン)



5月の給食に登場しました！

- ヒント① 外皮はパステルグリーン(黄緑色)です。
- ヒント② 香りがよく、とても甘くて果汁がたっぷりです。
- ヒント③ 形はだ円形、重さは約500g～800gあります。
- ヒント④ 倉吉市の特産品で、脱脂粉乳とブドウ糖を散布して育てるのが特徴です。

