



熊っ子 食育だよ!



元年6月25日
嘉麻市立熊ヶ畑小学校
6月号



6月は、『食育月間』です。

毎年、6月は『食育月間』です。食育月間は、食育の浸透をはか
るために「食育推進基本計画」により定められました。各地で
食育の普及啓発活動が展開されています。

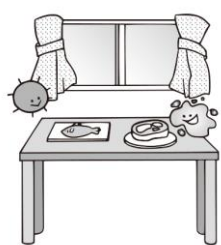
毎日の食事は、みなさんの体を作るだけでなく、健康を支え
る大切なものです。よりよい生活のために「何を食べるか?」自分
で判断できる大人になってほしいと思います。また、栄養をしっ
かり考えることも大切ですが、感謝する気持ちや食事を楽しむ
心も豊かに育ててほしいです。



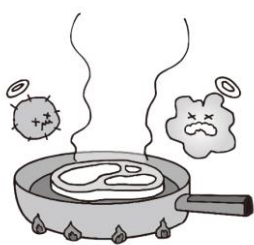
予防のために...



手洗いをする



食材の管理に注意



十分に、火を通す



道具は、清潔に



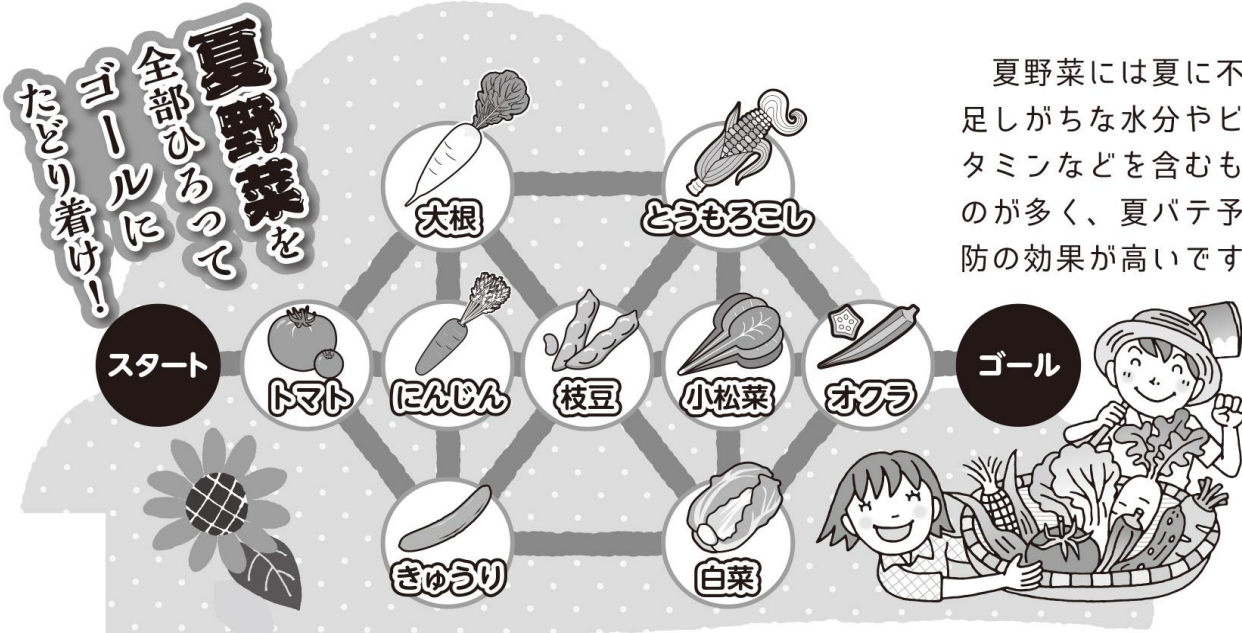
料理は、すぐに食べる

今年も、田植えをすることができました。

6月21日金曜日、平嶋勝さんの田んぼをお借りして田植えをすることが
できました。今年は梅雨入りもせず雨が少なかったため、田んぼの水の心配をして
いましたが、子どもたちが田植えができるように準備をしてくださいました。

天気がよくとても暑い日でしたが、今年も地域の方にお手伝いをしていただ
き、田植えをすることができました。新聞やNHKテレビでも放送され、紹介され
たそうです♪

平嶋さんが田植えの前の準備から秋に稲刈りができるまで、ずっと田んぼのお
世話をしてくださっています。毎年、田植えや稲刈り、そして餅つきができるの
は、たくさんのご協力をいただいているおかげですね。



夏野菜には夏に不足しがちな水分やビタミンなどを含むものが多く、夏バテ予防の効果が高いです。