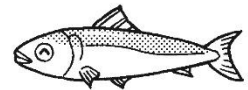




令和8年6月
 や おしりつかめいしょうがっこう
 八尾市立亀井小学校
 栄養教諭 南田
 ♥毎月19日は食育の日♥



6月は食育月間です



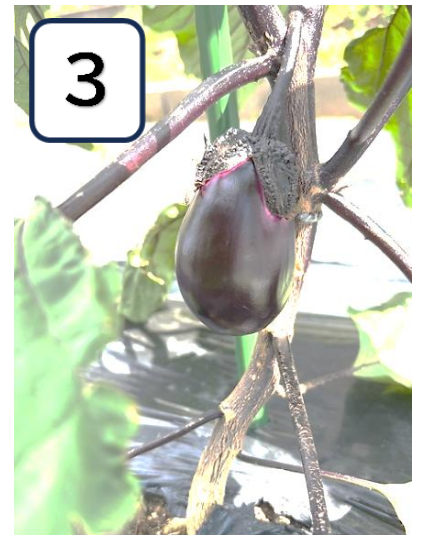
食育とは、生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもので、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることであります。

～食育で育てたい「食べる力」～

1. 心と身体の健康を維持できる
2. 食事の重要性や楽しさを理解する
3. 食べ物の選択や食事づくりができる
4. 一緒に食べたい人がいる(社会性)
5. 日本の食文化を理解し伝えることができる
6. 食べ物やつくる人への感謝の心

農林水産省『私たちが育む食と未来 第4次食育推進基本計画』

亀井小の畑では、色々な植物がぐんぐん育っています。
 名前を知っていますか？答えは裏にあります。



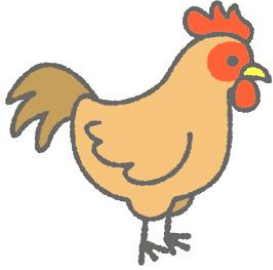
これらの野菜は、夏に旬（その食べ物がいちばんおいしく、栄養もたっぷりある季節）をむかえる夏野菜です。熱くなった体を冷ましてくれる働きがあるので、これからの季節、しっかり食べたいですね。

がつ 6月のこんだてより

● 9日 きんぴら豆腐ハンバーガー

バーガーパンにきんぴらごぼうと豆腐ハンバーグをはさんで食べます。

子どもたちに人気のセルフバーガーです



● 12日 鶏にら丼

油で揚げた鶏肉を旬のにら・玉ねぎと一緒に炒め、コチュジャンの

入った甘辛いタレと絡めます。

たまねぎと一緒



● 26日 揚げごぼうのごまだれかけ

人気の献立です。うすく切ったごぼうに粉をつけて

揚げ、しょうゆベースの甘辛いタレをからめます。

なつやす おやこりょうりきょうしつ かいさい 夏休みに親子料理教室が開催されます。

1. 日 時 令和8年8月5日(水)・6日(木) 午前10時～午後1時
2. 場 所 龍華コミュニティーセンター 2階 料理実習室
八尾市南太子堂2丁目1-45
3. 参加対象者 4～6年生児童とその保護者 各日15組程度
※当日は申し込みされていないお子様の同伴はできません。
4. 実習献立 夏野菜カレー・枝豆・手作りみかんゼリー
5. 参加費 ひとり 300円
6. 申込期日 6月25日(木)



申込方法は『6月分小学校給食予定献立表』

『八尾市ホームページ』『Sigfy』の案内をご確認ください。