



すくすく ^{パワー}Power 令和4年 6月
えいようだより
～毎月19日は食育の日～

大田区保育サービス課
区立保育園栄養士

～6月は食育月間～

《食育、知っていますか?》

食育は、一生を心身ともに健康で楽しく生きる、その力を「食」を通して身につけることです。

令和3年に農林水産省から「第4次食育推進基本計画」が公表されました。その中で、子どもの頃から食に関する正しい習慣を身につけることは、『生涯にわたり健全な食生活を送るための基礎となる』とされています。



出典「第4次食育推進基本計画 啓発リーフレット」(農林水産省)

《保育園での食育の取り組み》

<p>食文化を通して 行事や郷土料理を通して伝統を体験する機会をもちます</p> 	<p>自然とのかかわり 栽培・収穫を通して食べ物大切さを学びます</p> 	<p>人のかかわり 友だちと一緒に食べる楽しさを感じます</p> 
<p>遊ぶことを通して ままごとなど遊びの中で、食に興味をもてるようにします</p> 	<p>料理作りのかかわり 目で見て、手で触れ、耳で聞き、鼻で嗅ぎ、舌で味わい五感を活かして料理を作り食べることを楽しみます</p> 	