

保護者各位

稲津小学校
母親委員長 岡庭 穂希
副委員長 中井 茜

『食育の日』の実施について

日頃よりPTA活動にご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、母親委員会ではご家庭においてあらためて食に対して考え、関心を持っていただくこと、例年、夏休みのうち一日を「食育の日」として取り組みを実施してきました。本年度につきましては、夏休みの期間短縮を受け、8月8日（土）からの夏休みを含む約1ヶ月間における取り組みとしてご協力をお願いしたいと思います。

「食育」とは、食事を通して心と身体の健康を維持するために、健全な食生活を実践できる力を育むことです。

- ◇食事の重要性や楽しさを理解する
- ◇食べ物を自分で選択して、食事作りができる
- ◇家族や仲間と一緒に食べる楽しみを味わう
- ◇食べ物の生産過程を知り、感謝する気持ちをもつ



■具体的に何をやるの？

夏休みからの約1ヶ月間の期間のうち、一日を「食育の日」とし、子供と一緒に食事作り（朝昼晚いつでも）やお弁当作りをお願いします。

指定用紙にできあがりの写真や絵、感想を記入して、9月14日（月）までに、担任の先生へ提出して下さい。（裏面の記入例をご参照下さい。）

低・中学年は、おうちの方と献立を考えて買い物へ行ったり、おうちの方の調理のお手伝い、おにぎり作りや、また料理の盛り付けなどをしたりすることでもOKです。

高学年は、できるだけ自分で料理を作ることに挑戦してみてください。

ご提出頂いた用紙は、母親委員会（期日は現在、検討中）にて掲示物を作成し、廊下へ展示いたします。

食育の日を通じて、食についてご家庭で共に考える機会となりますよう、ご協力をお願いいたします。