



# 給食だより 6月号



ひのしりつひのだいさんしょうがっこう  
日野市立日野第三小学校

梅雨時期を迎えました。  
高温多湿の気候により、食中毒事故  
が起こりやすい時期でもあります。  
十分注意を払いましょう。

## 「日野市食育推進計画」を御存じですか？

平成20年度に第1期が策定され、令和4年3月に「第4期日野市食育推進計画」が策定されました。日野市では、「日野市みんなですすめる食育条例」を基本理念として、市民一人一人が「生涯にわたって健全な食生活を実践できるひのっ子・日野人を育てる」を自指す姿と定めています。なかでも、農林水産省にて決定された「第4次食育推進基本計画」において、「生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進」を掲げていることから、基本目標の中でも「食からの健康づくりを推進します」を重点目標に位置付け、健康寿命延伸に向けた取り組みを推進しています。

<計画策定の背景> 現在、日本は超高齢化社会を迎え、誰もが健康で長く活躍できる社会の実現が期待されていますが、社会情勢や世帯構造の変化、生活様式の多様化などにより、孤食や欠食の増加、食の簡素化による食習慣の乱れなどの問題が生じています。また、伝統食・行事食などの食文化や食事マナーに対する意識の希薄化、食品ロスなどの課題も生じています。

### ◆ 基本目標 ◆

じゅうてん  
重点

#### 基本目標1：食からの健康づくりを推進します

- (1) ライフステージに応じた健全な食生活を実践します
- (2) 食の安全・安心に対する理解を深めます

#### 基本目標2：食を通して、豊かな心を育てます

- (1) 多様な暮らしにおける食への理解を深めます
- (2) 次世代へ食文化を継承します

#### 基本目標3：食の循環を通し、食に向き合う意識を育てます

- (1) 地産地消を推進します
- (2) 農業体験を推進します
- (3) 食品ロス削減を推進します



健康寿命の延伸を実現するには、子どもの頃から健全な食習慣を身に付けるとともに、生活習慣病の予防の徹底を図り、加齢に伴う機能低下を遅らせるために良好な栄養状態の維持を図ることが重要です。第3期日野市食育推進計画に引き続き、「ベジ活350 両手山盛りいっぱいを習慣に ～1日350g以上の野菜を食べよう～」をキャッチフレーズに、野菜摂取の周知啓発を行っています。

### 子どもの目安量は、どのくらい？

- ◆ 1～2歳：210g
- ◆ 3～8歳：240g
- ◆ 9～11歳：290g
- ◆ 12～14歳：300g
- ◆ 15歳以上：350g

野菜料理を  
「1日一皿以上」を目安に  
食べましょう！

こんげつ きゅうしょくもくひょう  
今月の給食目標

せっけんできれいに手を洗おう



日野市