

今月の食育コーナーのテーマは・・・

「今日は何の日？～10月編～」

今日は何の日？

10月編



みなさんは、「食べ物」や「食」に関するいろいろな記念日があることを知っていますか？

今日は、10月の記念日や行事について紹介します。

今日は何の日？

クイズ

レベル1
10月2日は、ある食べ物の日です。何の日でしょう？
ヒント:「白」

レベル2
10月4日は、ある食べ物の日です。何の日でしょう？
ヒント:「魚」

レベル3
毎月22日は「ショートケーキの日」です。その理由は何でしょう？
ヒント:「カレンダー」

10月10日は

あいご
「目の愛護デー」

人間は情報の約80%を目(視覚)から得ると言われています。
ふだん、何気なく使っている「目」の大切さを考えたり、「目」のためによい食べ物を食べたり、「目」を休める時間をつくったりしましょう。



目の健康によい食べ物をすすんで食べよう!



10月15日は

「世界手洗いの日」

世界では、5才までに命を終えることが年間540万人もいます。
その原因の多くは、「予防できる病気」です。
もし、「石けんを使った手洗い」ができれば、その病気も予防できると言われています。





ちなみに・・・
島根県の人口は63万人

そのため、「正しい手洗いを世界に広めよう」と、この日が定められました。
私たちも、石けんやハンドソープを使った正しい手洗いを身に付け、病気を予防したり、食事の衛生に気を付けたりしましょう。

10月16日は

「世界食料デー」

国連によって、「世界の食糧問題を考える日」として制定されました。
一人ひとりが協力し合って「すべての人に食料を」を実現し、世界に広がる飢餓などを解決していくことが目的です。



10月31日は

「ハロウィン」

もともとは、ヨーロッパではじまり、秋の収穫を祝い、悪霊を追い払う行事でした。
現在は、仮装をして楽しんだり、かぼちゃを飾ったりするイベントとして世界中で親しまれています。



アメリカでは、子どもたちが仮装をして近所の家を訪れ、「トリック・オア・トリート(お菓子をくれないといたずらするぞ)」と言ってお菓子をもらう風習が広く行われています。

「食」に関する記念日や行事について知り、
食べ物や食べ方について考えましょう。