

食育

生涯にわたって
「食べる力」＝「生きる力」
を育むことが重要です。

朝食は食べている？

栄養バランスは大丈夫？

よく噛んでる？

産地は？



ふるさとの味を継承しよう！

共食も大切！

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

食育に関する
詳しい情報はコチラ
北陸農政局HP
ほくりく食育ひろば

