

どんな子どもに育ててほしい？

子どもは一回一回の食事を積み重ねることで「楽しく食べる」ことを身に付けて成長していきます。

思春期



一緒に食べる人を
気遣い、楽しく
食べることができる

学童期



仲間と一緒に
食べることを楽しむ

幼児期



家族と一緒に
食べることを楽しむ

離乳期



見て触って、
自分で進んで
食べようとする

授乳期



安心と安らぎの中で
飲んでいる

「子どもに送ってほしい食生活」を
イメージしてみましょう。

農林水産省パンフレット「和食の時間」より抜粋
全文はこちらから

