

食育

ってこんなことです

1 みんなで楽しく食べよう



共食

2 朝ごはんを食べよう



朝食欠食の改善

3 バランスよく食べよう



栄養バランスのよい食事

4 太りすぎないやせすぎない



生活習慣病の予防

5 よくかんで食べよう



歯や口腔の健康

6 手を洗おう



食の安全

7 災害にそなえよう



災害への備え

8 食べ残しをなくそう



環境への配慮(調和)

9 産地を応援しよう



地産地消の推進

10 食・農の体験をしよう



農林漁業体験

11 和食文化を伝えよう



日本の食文化の継承

12 食育を推進しよう



食育の推進

普段の食生活を見直し、食育に取り組んでみませんか？

食育ピクトグラムのご案内【農林水産省】→

